தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு

விலை: ரூ. 20
செப்டம்பர், 2025

மலர்: 27
இதழ் : 05

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும்
ஊராட்சித்துறை

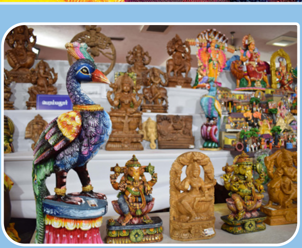
தோற்றம்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான மாத இதழ்

வெற்றிக்கு வழி சேமிப்பு! உயர்வுக்கு வழி ஒற்றுமை!!

பாலம்மாள்,
செம்பருத்தி மகளிர் சுய உதவிக் குழு,

போராட்டங்களை வாழ்க்கையாக்கிக் கொண்ட அன்னை மணியம்மையார்



நவராத்திரி கண்காட்சி செப்டம்பர் 12 முதல் அக்டோபர் 5 வரை

TNULM

தமிழ்நாடு நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கம்

Tamilnadu Urban Livelihoods Mission

TNULM

நீங்க சுற்றுச் சூழல் ஆதரவாளரா?
சுத்தமான, பாதுகாப்பான சுற்றுச் சூழலை அடுத்த தலைமுறைக்கு விட்டு செல்ல நினைக்கிறீர்களா?

"அப்ப நீங்க எங்கள மாதிரி குழுக்கள் தயாரிக்கக் கூடிய சுற்றுச் சூழலுக்கு உகந்த பொருட்களை ஆதரிங்க இதனால் சுற்றுச் சூழலும் பாதுகாக்கப்படும், எங்க வாழ்க்கையும் மேம்படும்."

முயற்சி செய்வதற்கு வயது ஒரு தடையில்லை
முயற்சித்து பாருங்கள் தன்னம்பிக்கை தான்
வெற்றி பெற வழி செய்யும்

"சுய உதவிக் குழுக்களின் மூலமாக தயாரிக்கப்படும் சிறுதானிய சிற்றுண்டி வகைகள் வெளிநாட்டு சந்தைகளை மையப்படுத்தி உருவாக்கப்படுகிறது."

" முடியும் என்று நினைத்தால்
முடியாதது எதுவுமில்லை "

TNULM

"தன்னம்பிக்கையும், விடாமுயற்சியும் ஒருவரை
வெற்றி பெற வழி வகுக்கும்"

உதயநிதி ஸ்டாலின்
தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர்

வாய்மையே வெல்லும்

தலைமைச் செயலகம்
சென்னை - 600 009.

மகளிர் சுய உதவிக்குழு சகோதரிகளுக்கு வணக்கம்!

முற்றம்' வாயிலாக மீண்டும் உங்களுடன் என் எண்ணங்களை பகிர்ந்து கொள்வதில் மகிழ்கிறேன்.

சென்ற ஆகஸ்ட் மாதம் நாட்டு விடுதலைக்கான மாதம் என்றால், இந்த செப்டம்பர் மாதம் தமிழ்நாட்டு மகளிரின் பொருளாதார விடுதலைக்கான மாதம் என்று சொன்னால் மிகையாகாது.

ஏனென்றால், 2 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, தமிழ்நாட்டின் தலைமகன் பேரறிஞர் அண்ணா அவர்கள் பிறந்த செப்டம்பர் 15–ஆம் நாள், தமிழ்நாட்டு மகளிருக்கு, கலைஞர் மகளிர் உரிமைத் திட்டம் எனும் மகத்தான திட்டத்தை நம்முடைய மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்கள் அறிமுகப்படுத்தினார்கள்.

அண்ணா பிறந்த காஞ்சியில் இந்தத் திட்டத்தை தொடங்கி வைத்த நம் மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்கள், இது மகளிருக்கான உதவித்தொகை அல்ல –நம் திராவிட மாடல் அரசு தருகிற உரிமைத்தொகை என்று முழங்கினார்கள்.

அதே நாளில், முத்தமிழறிஞர் கலைஞர் அவர்கள் நின்று வென்ற சேப்பாக்கம் – திருவல்லிக்கேணி தொகுதியின் தற்போதைய சட்டமன்ற உறுப்பினராகிய நான், இராயப்பேட்டையில் நடைபெற்ற அரசு விழாவில் மகளிர் உரிமைத் தொகையை வழங்கினேன்.

இன்று வரை சுமார் ஒரு கோடியே 15 இலட்சத்துக்கும் அதிகமானவர்களுக்கு மகளிர் உரிமைத் தொகை வழங்கி வருகிறோம். இந்தத் திட்டத்தைத் தேவையற்றது என்றும் செயல்படுத்த முடியாது என்றும் கூறியவர்களே வாயடைத்துப் போகும் வகையில் சிறப்பாகச் செயல்படுத்தி வருகிறோம். இந்த உரிமைத்தொகை நம் மகளிரின் வாழ்க்கையை மாற்றி வருகிறது.

அதுமட்டுமல்ல, நம்முடைய முதலமைச்சர் அவர்கள் தொடங்கி வைத்த 'உங்களுடன் ஸ்டாலின்' திட்டத்தின் முகாம்களின் வழியாக, மேலும் 17 லட்சத்திற்கும் அதிகமான சகோதரிகள், மகளிர் உரிமைத்தொகை வேண்டும் என்று மனு அளித்துள்ளனர். அந்த மனுக்களை பரிசீலனை செய்து, திட்டத்தின் விதிகளை பூர்த்தி செய்கின்ற மனுக்களுக்கு நிச்சயம் உரிமைத்தொகை வழங்கப்படும். தமிழ்நாடு அரசு செயல்படுத்தும் பல்வேறு முற்போக்குத் திட்டங்களில் நம் சுய உதவிக்குழு சகோதரிகளின் பங்களிப்பு இருக்கிறது.குறிப்பாக முதலமைச்சரின் காலை உணவுத்திட்டத்தின் கீழ் பல்வேறு பள்ளிகளில் நம்முடைய சுய உதவிக்குழு சகோதரிகள் தான் தரமாகவும் – சுவையாகவும் பிள்ளைகளுக்கு காலை உனவு சமைத்துக் கொடுக்கிறீர்கள்.

சமீபத்தில் நம்முடைய மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்களுடன் – பஞ்சாப் மாநில முதலமைச்சர் திரு.பக்வந்த் சிங் மான் கலந்துகொண்ட, காலை உணவுத்திட்டத்தின் நகர்ப்புற அரசு உதவி பெறும் பள்ளிகளுக்கும் விரிவாக்கம் செய்து தொடங்கி வைத்த விழாவில், நம் சகோதரிகள் தயாரிக்கும் அந்த உணவில் தாய்மை உணர்வும் கலந்திருக்கிறது என்பதை எடுத்துரைத்தேன்.

மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்களைப் பொறுத்தவரை கலைஞர் அவர்களால் உருவாக்கப்பட்டு, நம்முடைய முதலமைச்சர் அவர்களால் வளர்த்தெடுக்கப்பட்டவை. இன்றைக்கு அந்த துறைக்கு நான் பொறுப்பு வகிக்கிறேன் என்பதே எனக்கு பெருமை. அந்த வகையில் தான் உங்களை எல்லா மாதமும் உங்கள் பகுதிகளுக்கே வந்து சந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

உங்களுக்கான நலத்திட்டங்களை, வங்கிக்கடன் இணைப்புகளை வழங்கி உரையாடி வருகிறேன்.

அந்த வகையில், நம்முடைய மாண்புமிகு முதலமைச்சர் அவர்களின் உத்தரவின்படி சேலம் மாவட்டத்தில் உள்ள மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்களை சந்திக்க திட்டமிட்டு இருக்கிறேன்.

அங்கே சுமார் ஆயிரம் கோடி ரூபாய் அளவிலான வங்கிக்கடன் இணைப்பையும், மகளிர் குழுக்களுக்கு பல்வேறு வகையில் பயனளிக்கும் வகையில், அடையாள அட்டைகளையும் வழங்குவதற்கான முன்னேற்பாட்டு பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன. எனவே, இந்த அரசு என்றைக்கும் மகளிர் குழுக்களுக்கும் மகளிரின் முன்னேற்றத்துக்கும் துணை நிற்கும். உங்கள் வளர்ச்சியிலும் – மகிழ்ச்சியிலும் நாங்கள் மகிழ்கிறோம்.

உங்கள் பணி சிறக்கட்டும்.

அன்புடன்,

உதயநிதி

பணிபுரியும் மகளிருக்கான விடுதிகள்

தமிழ்நாடு அரசு, பெண்களுக்காகவும் பெண்களின் பாதுகாப்புக்காகவும் தொடர்ந்து பல்வேறு மகத்தான திட்டங்களை செயல்படுத்தி வருகிறது. இந்த அனைத்து திட்டங்களுமே வெற்றிகரமாக செயல்பட்டு வரும் நிலையில், இன்னொரு தேவையும் எழுந்தது. அது நகரங்களில் பணி நிமித்தம் வெளியூரில் இருந்து வந்து தங்கி பணிபுரியும் பெண்களின் பாதுகாப்பு என்பது மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாக இருந்து வருகிறது. அதற்காகவே தமிழ்நாடு அரசு 28.05.2019 அன்று தமிழ்நாடு பணிபுரியும் மகளிர் விடுதிகள் கார்ப்பரேஷன் லிமிடெட் (TNWWHCL) என்ற பிரத்யேக நிறுவனத்தைத் தொடங்கியது. இதன் மூலம் தோழி மகளிர் விடுதிகள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன.

இந்தத் திட்டத்தின் அவசியம் பற்றி விரிவாக பார்க்கலாம் நகர்ப்புறங்களில் வேலை வாய்ப்புகள் அதிகமாக உள்ளதால் பல இளம் பெண்கள் தங்கள் வீடுகளை விட்டு நகரங்களுக்கு வேலைக்கு செல்ல ஆர்வம் கொள்கின்றனர். மேலும் விலைவாசி உயர்வு மற்றும் அதிக வாடகை காரணமாக அன்றாட வாழ்க்கைச் செலவு அதிகரித்துள்ளது. ஏழை மற்றும் நடுத்தரக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்கள், தங்களுக்குக் கிடைக்கும் சொற்ப வருவாயைக் கொண்டு, பணி நிமித்தம் புதிய இடங்களில் செலவுகளைச் சமாளிப்பது என்பது கடினமான ஒன்றாகவே இருந்து வருகிறது. எனவே இதுபோன்ற பணிபுரியும் பெண்களுக்கு உதவும் வகையில், அரசு சார்பில் மகளிர் விடுதிகளை நடத்தி வருகிறது.

தமிழ்நாட்டில் பல்வேறு இடங்களில் இந்த தோழி மகளிர் விடுதிகள் திறக்கப்பட்டு பல்வேறு மாவட்டங்களில் வெற்றிகரமாக செயல்பட்டு வருகின்றன. இதுவரை சென்னை, திருவள்ளூர், கோவை. செங்கல்பட்டு, திருச்சிராப்பள்ளி, தஞ்சாவூர், வேலூர், சேலம், விழுப்புரம், திருநெல்வேலி, பெரம்பலூர், புதுக்கோட்டை, தூத்துக்குடி, திருவண்ணாமலை, ஓசூர் ஆகிய பகுதிகளில் இந்த விடுதிகள் செயல்பட்டு வரும் நிலையில், மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் திரு. மு.க.ஸ்டாலின் அவர்கள் கூடுதலாக சென்னையில் தரமணி, சேப்பாக்கம் ஆகிய பகுதிகளிலும் மதுரை, கோயம்புத்தூர், நாகப்பட்டினம், கிருஷ்ணகிரி, ஈரோடு, காஞ்சிபுரம், கடலூர், தர்மபுரி, தேனி, சிவகங்கை, இராணிப்பேட்டை, கரூர் போன்ற மாவட்டங்களிலும் தோழி விடுதி கட்டுமான பணிகளுக்கு கடந்த மே மாதம் அடிக்கல் நாட்டினார்.

இந்த விடுதிகள் அனைத்தும் பெண்கள் பாதுகாப்புடன் தங்கக்கூடிய வகையில் குறைந்த செலவில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. பயண தேவைகளுக்கேற்ப தினசரி அல்லது மாதாந்திர அடிப்படையில் அறைகள் முன்பதிவு செய்யும் வசதியும் உண்டு. இதுமட்டுமல்லாமல் பல்வேறு அதிநவீன வசதிகளும் இந்த விடுதிகளில் உள்ளன.

விடுதிகளில் உள்ள வசதிகள்

இந்த விடுதிகளில் பயோ மெட்ரிக் வசதி, இலவச வைஃபை, துணி துவைக்கும் இடம், 24 மணி நேர பாதுகாப்பு, வெந்நீர் வசதி, கண்காணிப்பு கேமராக்கள் போன்ற வசதிகள் உள்ளன.

இங்கே தங்கத் தேவையானவை

தோழி விடுதிகளில் தங்குவதற்கு தேவையான தகுதிகள் மற்றும் தேவையான ஆவணங்கள் குறித்து பார்க்கலாம்.

சம்பள வரம்பு: சென்னையில் பணிபுரியும் பெண்கள் மாதம் ரூ.25 ஆயிரம் வரை சம்பளம் பெறுபவர்களாக இருக்க வேண்டும்; தமிழ்நாட்டின் மற்ற பகுதிகளில் இது ரூ.15 ஆயிரம் ஆகும்.

வயது: பொதுவாக, 18 முதல் 45 வயதிற்குள் உள்ள பெண்கள் விண்ணப்பிக்கலாம்.

தேவையான ஆவணங்கள்:

- அடையாள அட்டை (ஆதார் கார்டு, ஓட்டுநர் உரிமம்)
- வேலை சான்று அல்லது நியமன ஆணை
- சமீபத்திய சம்பள சுருக்கம்
- முகவரி சான்று
- பாஸ்போர்ட் அளவிலான புகைப்படங்கள்

இணையவழி விண்ணப்பம்:

தமிழ்நாடு பணிபுரியும் மகளிர் விடுதிகள் கார்ப்பரேஷன் லிமிடெட் (https://www.tnwwhcl.in/) என்ற அதிகாரப்பூர்வ வலைத்தளத்திற்கு செல்லவும்.

அங்கு, "விண்ணப்பம்" அல்லது "Application" என்ற பகுதியைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

கேட்கப்படும் விவரங்களை நிரப்பி தேவையான ஆவணங்களைப் பதிவேற்றம் செய்ய வேண்டும்.

விண்ணப்பத்தைச் சமர்ப்பித்து, உறுதிப்படுத்தல் செய்தியைப் பெற வேண்டும்.

நேரடி விண்ணப்பம்:

அருகிலுள்ள தோழி விடுதிக்கு நேரடியாக சென்று, விண்ணப்பப் படிவத்தைப் பெற வேண்டும். படிவத்தை நிரப்பி, தேவையான ஆவணங்களுடன் சேர்த்து சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.

இதில் தங்குவதற்கான கட்டணம் மாதத்திற்கு 3 ஆயிரத்து 800 ரூபாயில் இருந்து ஆரம்பமாகிறது. அதுவே குறைந்த நாட்கள் தங்குவதற்கு 800 ரூபாயில் இருந்து ஆரம்பமாகிறது. மேலும் உணவு செலவுகள், மின்சாரம் மற்றும் பிற கட்டணங்களுக்கு பகிர்வு முறை பின்பற்றப்படுகிறது. இங்கு பணி புரியும் ஊழியர்களின் சம்பளம் அரசால் வழங்கப்படுகிறது.

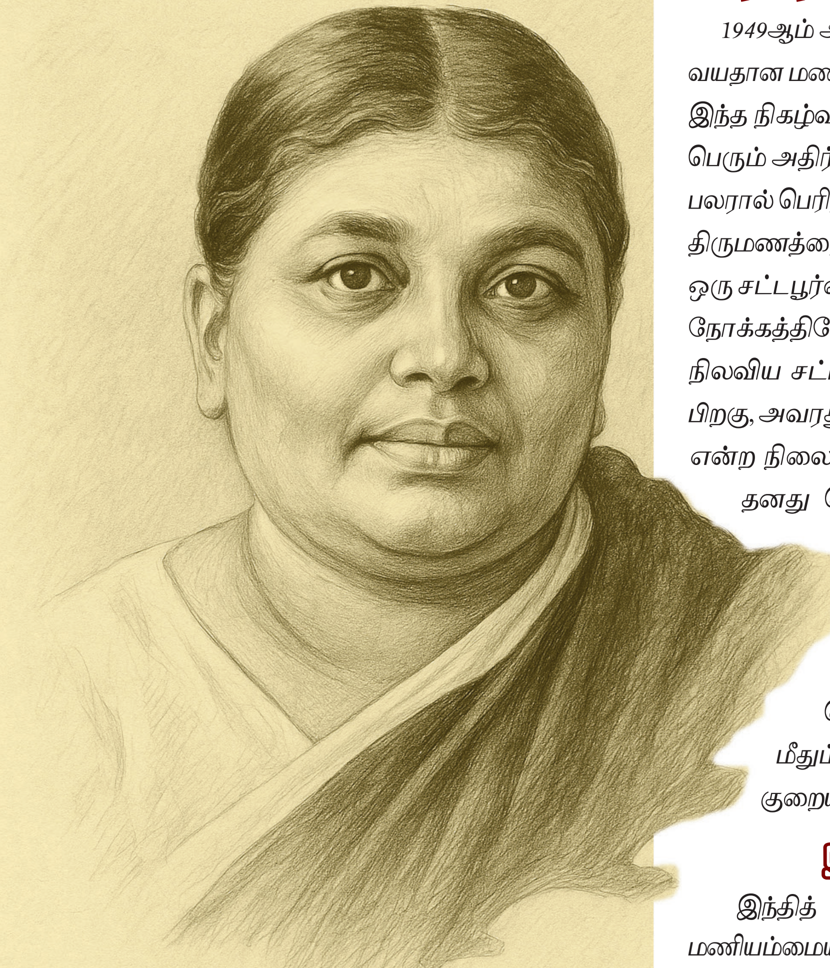
வெளியூர்களில் இருந்து வந்து தங்கி பணிபுரியும் பெண்களுக்கு ஒரு பாதுகாப்பான சூழலை வழங்குகிறது.

இந்தத் திட்டம் வெளியூர்களில் இருந்து வந்து தங்கி பணிபுரியும் பெண்களுக்கு ஒரு பாதுகாப்பான சூழலை வழங்குகிறது. இதனால் இந்தத் திட்டம் பெண்களிடையே அமோக வரவேற்பை பெற்றுள்ளது. உங்களுக்கு அருகில் யாரேனும் பெண்கள் வெளியூர்களில் தங்கி பணிபுரிய தயங்குகிறார்களா? அவங்களுக்கும் இதைப்பற்றி சொல்லுங்களேன்!

–புவனேஸ்வரி தீபன்

போராட்டங்களை வாழ்க்கையாக்கிக் கொண்ட அன்னை மணியம்மையார்...

வரலாற்றில் என்றுமே பெண்களுக்கான பக்கங்கள் குறைத்தே ஒதுக்கப்பட்டுள்ளன. மறைக்கப்பட்ட (அ) முழுமையாக சொல்லப்படாத பலரின் வரலாற்றை உரக்கச் சொல்வோம்!



தமிழ்நாட்டின் வளர்ச்சிக்குப் பெரும் பங்காற்றிய பெரியாரின் பெரும் தொண்டர்களில் ஒருவராகக் கருதப்படுபவர் அன்னை மணியம்மையார். பெரியாரின் இணையராக இருந்து, பின்னாட்களில் திராவிடர் கழகத்தின் தலைவரானார். பெரியாரின் கொள்கைகளை உறுதியுடன் முன்னெடுத்தார். அவரது போராட்ட குணம் தமிழ் சமூகத்தின் வளர்ச்சிக்கு பெரிது உதவியது என்று சொன்னால் மிகையாகாது.

ஆரம்ப வாழ்க்கை

வேலூரில் கனகசபை - பத்மாவதி இணையருக்கு மகளாகப் பிறந்தவர் மணியம்மையார். அவரது இயற்பெயர் காந்திமதி. பெரியாரின் மீது சிறுவயது முதலே பெரும் பற்று கொண்டிருந்தார். 1943ஆம் ஆண்டு தனது 23ஆம் வயதில், பெரியாரின் உடல்நிலையைக் கவனித்துக்கொள்ளும் உதவியாளராக அவரிடம் சேர்ந்தார். பெரியார் தனது எழுத்துக்களிலும் பேச்சுக்களிலும் வெளிப்படுத்திய சமூகச் சீர்திருத்தக் கருத்துக்களால் ஈர்க்கப்பட்டு, திராவிட இயக்கத்தில் தன்னை முழுமையாக இணைத்துக்கொண்டார்.

பெரியார் – மணியம்மையார் திருமணத்தின் தாக்கம்

1949ஆம் ஆண்டு, பெரியார் தனது 70ஆம் வயதில், சுமார் 30 வயதான மணியம்மையாரை திருமணம் செய்துக் கொண்டார். இந்த நிகழ்வு பொது வெளியிலும், திராவிடர் கழகத்திலும் பெரும் அதிர்வலைகளை ஏற்படுத்தியது. இந்தத் திருமணம் பலரால் பெரிதும் விமர்சிக்கப்பட்டது. ஆனால், பெரியார் இந்த திருமணத்தைத் தனது சொத்துக்களையும், இயக்கத்தையும் ஒரு சட்டபூர்வமான வாரிசுக்கு ஒப்படைக்க வேண்டும் என்ற நோக்கத்திலேயே இதை செய்தார். ஏனெனில், அப்போது நிலவிய சட்ட விதிகளின்படி, பெரியாரின் மரணத்திற்குப் பிறகு, அவரது சொத்துக்கள் அரசுடைமையாக்கப்படலாம் என்ற நிலை இருந்தது. இயக்கத்தின் சொத்துக்களையும், தனது கொள்கைகளையும் பாதுகாப்பதற்கான ஒரு வழிமுறையாகவே இந்தத் திருமணத்தை பெரியார் கருதினார். இத்திருமணம் திராவிட இயக்கத்திற்குள்ளேயே பிளவை ஏற்படுத்தியது. இருப்பினும், மணியம்மையார் பெரியாரின் கொள்கைகளிலும், இயக்கத்தின் மீதும் கொண்ட அர்ப்பணிப்பு உணர்வினிலும் சிறிதும் குறையின்றி செயல்பட்டார்.

இந்தி எதிர்ப்புப் போராட்டங்கள்

இந்தித் திணிப்புக்கு எதிரான போராட்டங்களில் மணியம்மையார் முக்கிய பங்களிப்பாற்றினார். 1948ஆம் ஆண்டு நடைபெற்ற இந்தி எதிர்ப்புப் போராட்டத்தில் பங்கேற்று கைது செய்யப்பட்டார். இதற்காக மூன்று மாதங்கள் சிறையில் அடைக்கப்பட்டார். "குடியரசு" இதழில் "இளந்தமிழா புறப்படு போருக்கு" என்ற கட்டுரையை வெளியிட்டதற்காக ஒரு மாதம் சிறையில் அடைக்கப்பட்டார்.

கொள்கைகளைப் பரப்புதல்

பெரியாரின் 'விடுதலை' நாளிதழின் வெளியீட்டாளராகவும், ஆசிரியராகவும் பொறுப்பு வகித்தார். இதன் வாயிலாக பெரியாரின் பகுத்தறிவு, சுயமரியாதை, சமூகநீதி குறித்த கருத்துக்களைப் பரப்பினார். சாதி எதிர்ப்பு, நாத்திகம், பெண்ணியம், திராவிடம் ஆகிய கொள்கைகளை தனது கட்டுரைகள் வழியே தீவிரமாகப் பரப்புரை செய்தார்.

பெரியாரின் மறைவுக்குப் பின்

"இயக்கம் எப்படி இருந்தாலும் இயக்கத்திற்கு யார் தலைவராக இருந்தாலும், என்னுடைய கொள்கைகளும் கொள்கைக்கு ஏற்ற பிரச்சாரமும் எனக்கு பின்னும் நடந்தேற வேண்டும் என்கிற பேராசை எனக்கு உண்டு" என பெரியார் குடியரசில் எழுதியிருப்பார்.

1973ஆம் ஆண்டு பெரியாரின் மறைவுக்குப் பிறகு, திராவிடர் கழகத்தின் தலைவராகப் பொறுப்பேற்றார். 1978ஆம் ஆண்டு தனது மறைவு வரை பெரியாரிய கொள்கைகளைக் காத்து, இயக்கத்தை வழிநடத்தி பெரியாரின் பேராசையை நிறைவேற்றினார். பெரியாரின் கனவுகளை நனவாக்கும் வகையில் செயல்பட்டார்.

> “ **1948 ஆம் ஆண்டு நடைபெற்ற இந்தி எதிர்ப்புப் போராட்டத்தில் பங்கேற்று கைது செய்யப்பட்டார். இதற்காக மூன்று மாதங்கள் சிறையில் அடைக்கப்பட்டார்.** ”

> “ **1973 ஆம் ஆண்டு பெரியாரின் மறைவுக்குப் பிறகு, திராவிடர் கழகத்தின் தலைவராகப் பொறுப்பேற்றார்.** ”

சமூக நலப் பணிகள்

மணியம்மையார் கல்வி மற்றும் சமூக நலப் பணிகளில் மிகுந்த ஆர்வம் காட்டினார். ஆதரவற்றோர் இல்லங்கள், பெண்கள் விடுதிகள் போன்றவற்றை நடத்தி, ஏழை எளிய மக்களின் மேம்பாட்டிற்கு உதவினார். பெரியார் மணியம்மையார் கல்வி மற்றும் தொண்டு நிறுவனத்தை (Periyar Maniammai Educational and Charitable Society) 1974இல் தொடங்கி, தனது சொத்துக்களை அறக்கட்டளைக்கு எழுதி வைத்தார். ஏழைப் பெண்களின் திருமண உதவிக்காக ஈ.வே.ரா. மணியம்மையார் நினைவு ஏழை கைம்பெண் திருமண உதவித் திட்டம் தமிழ்நாடு அரசால் அறிவிக்கப்பட்டது.

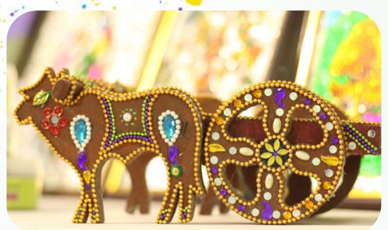
பெண் கல்வி மேம்பாடு

தனது தலைமையின் கீழ், பெண்களின் கல்வி மேம்பாட்டிற்காக பல பள்ளிகளையும் கல்லூரிகளையும் தொடங்கினார். இப்படி சமூக முன்னேற்றத்துக்கான அவரது செயல்பாடுகள் ஏராளம்.

அன்னை மணியம்மையார், பெரியாரின் கொள்கைகளை உறுதியுடன் காத்தவர். சமூக நீதி, பகுத்தறிவு, பெண்ணுரிமை ஆகிய பெரியாரின் கனவுகளை தனது வாழ்நாள் முழுவதும் முன்னெடுத்துச் சென்றவர். தமிழ்நாடு வரலாற்றில் என்றும் தன்னிகரில்லாத் தலைவராக நிலைத்து நிற்பார்.

–பாண்டியன்

நவராத்திரி
விற்பனைக் கண்காட்சி



மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் சுய உதவிக் குழு மகளிரின் வளர்ச்சிக்காக பல்வேறு திட்டங்களை செயல்படுத்தி வருகிறார். அத்திட்டங்களின் பயனாக இன்று சுய உதவிக் குழுவினர் தொழில் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டு, வருவாய் ஈட்டி, பொருளாதார சுயசார்பு பெற்று வருகின்றனர்.

சுய உதவிக் குழுவினர் தயாரிக்கும் பொருட்கள் அனைத்துத் தரப்பினரையும் சென்றடையும் வகையிலும், அவர்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களுக்கு உரிய விலை கிடைக்க வேண்டும் என்ற நோக்கத்துடனும், மாநில / மாவட்ட / வட்டார அளவில் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிப்புப் பொருட்களின் விற்பனைக் கண்காட்சிகளை தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம் நடத்தி வருகிறது.

இதன் தொடர்ச்சியாக நவராத்திரியை முன்னிட்டு, சென்னை, நுங்கம்பாக்கம் அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகத்தில் தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் சார்பில் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிக்கும் பொருட்களின் நவராத்திரி விற்பனைக் கண்காட்சி 12.09.2025 அன்று தொடங்கி 05.10.2025 வரை நடைபெறுகிறது.

இக்கண்காட்சியில், தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம், தமிழ்நாடு நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கம், வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டம் ஆகியவற்றின் வழிகாட்டுதலில் செயல்படும் சுய உதவிக் குழுக்கள் கலந்துகொள்கின்றன. இதில் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்களான நவராத்திரி கொலு பொம்மைகள், பட்டு, பருத்தி ஆடைகள், செயற்கை ஆபரணங்கள், கைவினைப் பொருட்கள், சணல், காகிதம், பனை ஓலை மற்றும் வாழை நார் ஆகியவற்றால் தயாரிக்கப்பட்ட பொருட்கள், மரச் சிற்பங்கள், மூலிகைப் பொருட்கள் உள்ளிட்ட பொருட்களை விற்பனை செய்திடும் அரங்குகள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. அறுசுவை மிகுந்த பாரம்பரிய உணவுகளை உண்டு மகிழ்வதற்கென தனி அரங்குகளும் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. காலை 10.00 மணி இரவு 08.00 மணி வரை நடைபெறும் இக்கண்காட்சிக்கு அனுமதி இலவசம்.

இத்தகைய சிறப்பு மிக்க விற்பனைக் கண்காட்சியை அனைவரும் கண்டு களித்து மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்தி செய்யும் தரமான பொருட்களை வாங்கி பயனடைவதோடு மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் பொருளாதார முன்னேற்றத்திற்கு உதவிடும்படி கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறது.

இல்லம் தேடி மதி பொருட்கள் –விற்பனை துவக்கம்

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்களின் வழிகாட்டுதலின் கீழ், மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்களின் தலைமையில் சாதனைகள் பல படைத்து வரும் தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனமானது, சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களுக்கு மிகப் பெரிய அளவிலான சந்தை வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்திடும் வகையில், மதி அனுபவ அங்காடி (MaThi Experience Store), சிறுதானிய உணவகங்கள் (Millet Café), மதி சந்தை விற்பனை இணைய தளம், இயற்கை அங்காடி, மதி நடமாடும் விற்பனை வாகனம் (MaThi Express), வாங்குபவர் விற்பனையாளர் சந்திப்பு, அடுக்குமாடி விற்பனை சந்தை போன்ற முன்னோடி நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு வருகிறது. காலநிலை மாற்றத்தால் தமிழ்நாடு பாதிக்கப்படாமல் பாதுகாத்திட பல்வேறு நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு வரும் மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள், அன்றாட வாழ்வில் நாம்

பயன்படுத்தி வரும் சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பு ஏற்படுத்தும் பிளாஸ்டிக் பொருட்கள் குறித்தும், மாற்றுப் பயன்பாட்டு பொருட்கள் குறித்தும் பொதுமக்களிடம் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்த மகளிர் சுய உதவிக்கு குழு உறுப்பினர்களைக் கொண்ட "காலநிலை வீரர்கள்" என்ற புதிய முன்னெடுப்பை மேற்கொண்டுள்ளார்.

இதன் முதல் கட்டமாக, மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் 08.03.2025 அன்று சென்னை, நேரு உள்விளையாட்டு அரங்கில் நடைபெற்ற உலக மகளிர் தின விழா – 2025 கொண்டாட்டத்தின்போது, தலா ரூ.4.83 லட்சம் மதிப்புள்ள 50 மின் ஆட்டோக்களை மகளிர் சுய உதவிக் குழுவினருக்கு வழங்கினார். அதனைத் தொடர்ந்து, இரண்டாவது கட்டமாக மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்கள் 13.03.2025 அன்று முகாம் அலுவலகத்தில், தலா ரூ.4.83 லட்சம் மதிப்புள்ள 50 மின் ஆட்டோக்களை சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வழங்கினார்.

இயற்கை சிற்றுண்டிகளை விற்பனை செய்ய, மறுசுழற்சி செய்யப்பட்ட பொருட்கள் மற்றும் பிளாஸ்டிக்கிற்கு மாற்றாக சுற்றுச்சூழலுக்கு உகந்த பொருட்களை சந்தைப்படுத்த இந்த மின் ஆட்டோக்கள் பயன்படுகின்றன.

மேலும், இந்த மின் ஆட்டோக்களில் அதிநவீன மைக் மற்றும் ஒலி பெருக்கி அமைப்புகள் பொருத்தப்பட்டுள்ளன. இதன் மூலமாக பல பகுதிகளுக்கு சென்று ஒருமுறை பயன்படுத்தும் பிளாஸ்டிக் பொருட்களின் பயன்பாட்டை தவிர்க்கவும், மஞ்சள் பை மற்றும் மக்கும் பொருட்களால் தயாரிக்கப்பட்ட பொருட்கள் காட்சிப்படுத்தப்பட்டும், விற்பனை செய்தும் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. 'இல்லம் தேடி மதி பொருட்கள்' என்ற திட்டத்தின் கீழ் 20 மின் ஆட்டோக்களில் சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களை பொதுமக்களின் இல்லங்களுக்கே கொண்டு சென்று விற்பனை செய்வதை 24.08.2025 அன்று சென்னை, நுங்கம்பாக்கம் அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகத்தில் துவக்கி வைத்த தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி. ஆர். வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப., மின் ஆட்டோக்களில் விற்பனைக்கு வைக்கப்பட்டுள்ள குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களைப் பார்வையிட்டார். தொடர்ந்து, மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ள மின் ஆட்டோக்களுக்கு (e Auto) சார்ஜிங் செய்வதற்காக தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் சார்பில் சென்னை, கோபாலபுரம், நகர்ப்புற வாழ்வாதார மையத்தில் அமைக்கப்பட்டுள்ள சார்ஜிங் நிலையத்தை (Charging Station) பார்வையிட்டதுடன், முதற்கட்டமாக சென்னை பெருநகர மாநகராட்சியில், பொருட்கள் உற்பத்தியில் ஈடுபட்டுள்ள 5 உறுப்பினர்களுக்கு உறுப்பினர் பதிவு அட்டைகளையும் வழங்கினார்.

சுய உதவிக் குழுக்களின் செயல்பாடுகள் கள ஆய்வு

தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி. ஆர்.வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப., அவர்கள் 26.07.2025 அன்று விருதுநகர் மாவட்டம், குந்தாலப்பட்டியில் மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் செயல்பாடுகளை கள ஆய்வு செய்தார். இந்த ஆய்வின் போது, விருதுநகர் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் மரு. சுகபுத்ரா, இ.ஆ.ப., மற்றும் அலுவலர்கள் உடனிருந்தனர்.

இந்த ஆய்வில் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்கள் பார்வையிடப்பட்டு, தயாரிப்புப் பொருட்கள் மதி எக்ஸ்பிரஸ் அங்காடிக்கு அனுப்பப்பட்டுள்ள விவரங்கள் கேட்டறியப்பட்டது. தொடர்ந்து ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பின் செயல்பாடுகள் ஆய்வு செய்யப்பட்டதுடன், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு, கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம், மகளிர் சுய உதவிக் குழு செயல்பாடுகள் குறித்து உறுப்பினர்களுடன் கலந்துரையாடினார். முற்றம் புத்தகம் படிப்பீர்களா என்றும், இம்மாத முற்றம் இதழில் என்ன தகவல்களைப் படித்தீர்கள் என்றும் கேட்டறிந்தார்.

மேலும் மின்மதி செயலியை குழு உறுப்பினர்கள் அனைவரும் பதிவிறக்கம் செய்து பயன்படுத்த வேண்டுமென கூறி, 3 குழுக்களுக்கு, வங்கிக் கடன் இணைப்பாக 43 லட்சம் ரூபாயினை வழங்கினார்.

இந்த நிகழ்வுகளின் போது, வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்ட முதன்மை செயல் அலுவலர், ஊரக முகமை திட்ட இயக்குநர், மகளிர் திட்ட இயக்குநர், வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்ட மாவட்ட செயல் அலுவலர் மற்றும் மாவட்ட மற்றும் வட்டார அலுவலர்கள் உடனிருந்தனர்.

சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு பிஓஎஸ் இயந்திரங்கள் வழங்குதல்

தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம், மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்தி செய்யும் பொருட்களை விற்பனை செய்திட பல்வேறு நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு வருகிறது. வட்டார / மாவட்ட / மாநில அளவிலான விற்பனைக் கண்காட்சிகள் மூலமும், மதி அனுபவ அங்காடி, மதி அங்காடி, மதி எக்ஸ்பிரஸ் போன்றவற்றின் வாயிலாகவும் சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்கள் சந்தைப்படுத்தப்பட்டு விற்பனை செய்யப்படுகின்றன.

இதன் தொடர்ச்சியாக சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிப்புப் பொருட்களின் விற்பனையை நவீனப்படுத்தும் வகையிலும், விற்பனையின் மதிப்பினை விரைவாகவும், துல்லியமாகவும் அறிந்து கொள்ளும் வகையிலும் இந்தியன் வங்கியின் மூலம் 10 பிஓஎஸ் (POS - Point of Sale) இயந்திரங்களை, சென்னையில் உள்ள தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி ஆர்.வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப., அவர்களிடம் இந்தியன் வங்கியின் மண்டல மேலாளர் திரு. கே. ரஞ்சித் குமார் அவர்கள் வழங்கினார்.

இந்நிகழ்வின்போது, தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் பொது மேலாளர், உயர் அலுவலர்கள் மற்றும் இந்தியன் வங்கியின் அலுவலர்கள் உடனிருந்தனர்.

மாநில அளவிலான காந்தி சில்ப் பஜார் கண்காட்சி மற்றும் விற்பனை

கைவினைஞர்கள் படைக்கும் கலைப் படைப்புகளை கலை ஆர்வலர்களிடம் கொண்டு செல்லும் வகையில் தமிழ்நாடு அரசின் பூம்புகார் நிறுவனமும் ஒன்றிய அரசின் கைவினை பொருட்கள் துறையும் இணைந்து நடத்திய, மாநில அளவிலான 'காந்தி சில்ப் பஜார்' கண்காட்சி மற்றும் விற்பனையினை, சென்னை வள்ளுவர் கோட்டம் அருகில் உள்ள அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகத்தில் மாண்புமிகு குறு, சிறு மற்றும் நடுத்தரத் தொழில் நிறுவனங்கள் துறை அமைச்சர் தா.மோ.அன்பரசன் அவர்கள் 08.08.2025 அன்று தொடங்கி வைத்தார்.

தமிழ்நாட்டின் பாரம்பரிய கைவினைப் பொருட்களான பஞ்சலோக சிலைகள், மாமல்லபுரம் கற்சிற்பங்கள், தம்மம்பட்டி மரச்சிற்பங்கள், நாச்சியார்கோயில் பித்தளை விளக்குகள், தஞ்சாவூர் ஓவியங்கள், வாரணாசி சில்க், ஜெய்ப்பூர் வளையல்கள், காஷ்மீர் ஷால், அலிகார் பித்தளை கலைப்பொருட்கள், ஜார்கண்ட் அப்ளிக் வேலைப்பாடுகள், ஆந்திர மாநில தோல் பொருட்கள், ஜரி பொருட்கள், கேரள மாநில மணி வகைகள், கலைநயமிக்க நகை வகைகள், சேலை வகைகள், கைத்தறி துணி வகைகள் காட்சிப்படுத்தப்பட்டு விற்பனைச் செய்யப்பட்டன.

இந்த நிகழ்ச்சியில் கைத்தறி, கைத்திறன், துணி நூல் மற்றும் கதர்த் துறையின் அரசு செயலாளர் திருமதி. V. அமுதவல்லி, இ.ஆ.ப, தமிழ்நாடு கைத்திறத் தொழில்கள் வளர்ச்சி கழகத்தின் நிர்வாக இயக்குநர் திருமதி. எஸ்.அமிர்தஜோதி இ.ஆ.ப., தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி. ஆர். வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப., திரு. லஷ்மன் ராவ் அத்துகுரி, மண்டல இயக்குநர், அபிவிருத்தி ஆணையர் (கைவினைப் பொருட்கள்) தெற்கு மண்டலம் மற்றும் அரசு அலுவலர்கள் கலந்துக் கொண்டனர்.

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களை விற்பனை செய்யும் கல்லூரி சந்தை

திருவண்ணாமலை மாவட்டம், தென்மாத்தூர் கம்பன் மகளிர் கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரியில், திருவண்ணாமலை மாவட்ட தமிழ்நாடு மாநில ஊரக மற்றும் நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில் மாவட்ட வழங்கல் மற்றும் விற்பனை சங்கமும், கம்பன் மகளிர் கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரியும் இணைந்து நடத்திய கல்லூரி சந்தை நடைபெற்றது.

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் தயாரிக்கும் தரமானப் பொருட்களை கல்லூரி மாணவ - மாணவியரிடையே பிரபலப்படுத்தும் நோக்கத்துடன் நடத்தப்பட்ட இந்தக் கல்லூரிச் சந்தைக்கு ஏராளமான மாணவ - மாணவியர் வருகை தந்து, அங்கு விற்பனைக்கு வைக்கப்பட்டிருந்த சுய உதவிக் குழுக்களின் தரமான தயாரிப்புப் பொருட்களை வாங்கிச் சென்றனர்.

இந்த நிகழ்ச்சியில், கல்லூரியின் துணைத்தலைவர் திரு. எ.வ. குமரன், கல்லூரி இயக்குநர் திருமதி. விஜிதா குமரன், கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் சீத்தாலட்சுமி, திருவண்ணாமலை மாவட்ட மகளிர் திட்டத்தின் திட்ட இயக்குநர்/இணை இயக்குநர் திரு. எஸ்.எஸ்.தனபதி, துணை வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்/ கண்காணிப்பாளர், உதவித் திட்ட அலுவலர், ரோட்டரி கிளப் சங்கத்தின் நிர்வாகிகள் உள்ளிட்ட அலுவலர்கள் கலந்துக் கொண்டனர்.

சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களின் தொழில் வளர்ச்சிக்காக பிணையில்லா கடன்

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்களின் தலைமையிலான திராவிட மாடல் அரசில், மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்களின் சீரிய வழிகாட்டுதலில் செயல்படும் தமிழ்நாடு ஊரக வாழ்வாதார இயக்கமானது, சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களின் வாழ்வாதாரம் மேம்பட பல்வேறு வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்தி வருகிறது. குழுக்கள் மேற்கொள்ளும் தொழில் வளர்ச்சிக்குத் தேவைப்படும் கூடுதல் நிதித் தேவையைக் கருத்தில் கொண்டு, சுய உதவிக் குழுக்களின் பெண் உறுப்பினர்கள், சொந்தமாக தொழில் புரிந்து தங்களின் வாழ்வாதாரத்தை மேம்படுத்திக் கொள்ள தேவைப்படும் கடன் உதவிகளை வங்கிகளிலிருந்து எளிதில் பெற்றிட பெண்கள் தலைமையிலான (Women Led Enterprises) தொழில்களுக்கு பிரத்யேக கடன் திட்டம் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

பயன் பெறுவதற்கான தகுதிகள்

தொழில் முனைவோராக இருக்க வேண்டும்.

21 வயதிற்கு மேற்பட்ட கிராமப்புற சுய உதவிக்குழு உறுப்பினராக இருக்க வேண்டும்.

குழு ஆரம்பிக்கப்பட்டு குறைந்தபட்சம் 2 ஆண்டுகள் பூர்த்தியடைந்திருக்க வேண்டும்.

குழுவானது வங்கிக் கடனைப் பெற்று முறையாகத் திருப்பிச் செலுத்தியிருக்க வேண்டும்.

கடன் பெறுபவர் குழுவில் சேர்ந்து குறைந்த பட்சம் 2 வருடங்கள் பூர்த்தி அடைந்ததுடன், ஒரு கடன் சுழற்சியை முறையாகப் பூர்த்தி செய்திருக்க வேண்டும்.

இத்திட்டத்தின் சிறப்பம்சங்கள்

நிலையான முதலீடு அல்லது நிலையான முதலீடும், நடைமுறை முதலீடும் இணைந்த இருவகையான கடன்களில் ஏதேனும் ஒன்றை தேர்வு செய்யலாம்.

பிணையம் எதுவும் இன்றி ரூ.75 ஆயிரம் முதல் ரூ.10 லட்சம் வரை, வேளாண் சார்ந்த மற்றும் உணவு பதப்படுத்தும் தொழில்கள், பண்ணை சாரா தொழில்கள், உற்பத்தி, சேவை மற்றும் வியாபாரம் சார்ந்த தொழில்களுக்கு CGTMSE/CGFMU என்ற கடன் உத்தரவாதத் திட்டத்தின் கீழ் கடன் வழங்கப்படுகிறது.

CGTMSE/CGFMU திட்டங்களின் கீழ் வழங்கும் கடனுக்கான உத்தரவாதத்தை வங்கிகள் பெறுகின்றன.

விண்ணப்பங்களுடன் இணைக்கப்பட வேண்டிய ஆவணங்கள்

பண்ணை தொடர்பான உற்பத்தி தொழில்களுக்கு

- ஆதார் அட்டையின் நகல்
- ரேஷன் அட்டையின் நகல்
- வங்கி பாஸ் புத்தகத்தின் நகல்
- விற்பனையாளர் பற்றிய விபரம்
- சுய உதவிக்குழுவின் தீர்மானம்
- ஏதேனும் ஒரு நிறுவனத்திற்கு உற்பத்திப் பொருட்களை விற்பனை செய்வதற்கான அத்தாட்சி

பண்ணை சாராத தொழில்களுக்கு

- ஆதார் அட்டையின் நகல்
- ரேஷன் அட்டையின் நகல்
- வங்கி பாஸ் புத்தகத்தின் நகல்
- பான் அட்டையின் நகல்
- சுய உதவிக்குழுவின் தீர்மானம்
- உதயம் / FSSAI / GST பதிவின் நகல்
- மூலப்பொருட்கள் / இயந்திரங் களுக்கான விலைப்புள்ளி

இத்திட்டத்தின் பயன்கள்

வட்டி மானியம்: வங்கிகள் வழங்கிய கடன் தொகையை உரிய காலத்திற்குள் திருப்பிச் செலுத்தும் பெண் தொழில் முனைவோருக்கு 1.5 லட்சம் ரூபாய் வரை நிலுவையில் உள்ள கடன்களுக்கான வட்டியில், 2% மானியம் வழங்கப்படுகிறது.

கடன் உத்தரவாதக் கட்டணங்களைத் திரும்ப பெறுதல்: 5 லட்சம் ரூபாய் வரையிலான கடன்களுக்கு, 5 ஆண்டுகள் வரை, பயனாளியிடமிருந்து வங்கிகள் வசூல் செய்யும் CGTMSE/CGFMU என்ற கடன் உத்தரவாதக் கட்டணங்களைத் திரும்ப பெற வழி வகை செய்யப்பட்டுள்ளது. மேற்கூறிய சலுகைள் ஒரு நபருக்கு ஒரு முறை மட்டுமே வழங்கப்படும்.

சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களுக்காக வங்கிகள் பிரத்யேகமாக இக்கடன் திட்டங்களை செயல்படுத்தி வருகின்றன. சுய உதவிக் குழுவிலுள்ள அனைத்து தகுதியான உறுப்பினர்களும், இத்திட்டத்தின் கீழ் கடன் பெற, அவர்கள் வசிக்கும் பகுதியிலுள்ள ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு (PLF) / வட்டார அளவிலான கூட்டமைப்பு (BLF) / சமுதாய வங்கி ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் (CBC) அல்லது கணக்கு வைத்திருக்கும் வங்கிக் கிளையை அணுகி விண்ணப்பிக்கலாம்.

சுய உதவிக் குழுவிலுள்ள அனைத்து தகுதியான உறுப்பினர்களும், இத்திட்டத்தின் கீழ் கடன் பெறலாம்

வெற்றிக்கு வழி சேமிப்பு! உயர்வுக்கு வழி ஒற்றுமை!!

கையில் ஒரு பையை ஏந்திக் கொண்டு, வெள்ளந்தியான சிரிப்போடு ஒருவர் என்னை வரவேற்றார். "நான் தான் பாலம்மாள், செம்பருத்தி குழுவின் ஊக்குநர். நாங்க 15 உறுப்பினர்கள் ஒன்றாக செயல்படுகிறோம். 2001ஆம் ஆண்டு பெருமாள்பட்டி கிராமத்தில் உருவான குழு இது, இன்றைக்கு மாநில விருது வாங்கும் அளவிற்கு வளர்ந்து இருப்பதை நினைத்து பெருமையாக இருக்கிறது" என்று கண்கள் விரிய பேசத் தொடங்கினார்.

"நாங்கள் கடந்து வந்த பாதையைப் பற்றி அவ்வப்போது குழுவில் உரையாடுவோம். 10 ஆண்டுகளாக எங்களிடம் தொழில் இருக்கிறது. ஆனால் அதற்கு முன்பு, காட்டு வேலை, ஏரி வேலை என்று தினக் கூலிகளாக நாங்கள் வாழ்ந்த நாட்களை மறக்க இயலாது. பிள்ளைகள் படிப்பு, திருமண செலவு அவ்வளவு ஏன் அன்றாட வாழ்வை நடத்த எவ்வளவு பாடுபட்டோம்" என்று கடந்த கால நினைவுகளில் மூழ்கினார்.

"என் பெயர் பாண்டியம்மாள், இந்தக் குழுவின் பிரதிநிதி. என் வாழ்வில் இருந்து பிரிக்கவே முடியாத அங்கமாக இந்தக் குழு இருக்கிறது. மகளிர் சுய உதவிக் குழுவில் சேரக் கூடாது என்று எத்தனையோ சண்டைகள் எனக்கும் என் வீட்டாருக்கும் இடையே வந்திருக்கிறது. ஆனால், இன்னைக்கு கந்துவட்டித் தொல்லையில்லாமல், நான் வீட்டு தேவையைக் கையாண்ட பிறகு பரவாயில்லை குழுவுக்குப் போகலாம் என்று சொன்னாங்க. இந்த பரவாயில்லை பதிலைப் பெற எத்தனை போராட்டங்கள் வேண்டியுள்ளது என்பதை நினைக்கும் போதே சலிப்பாக இருக்கும். ஆனாலும் நாம் நினைச்சதை சாதிச்சிட்டோம்னு ஒரு சந்தோஷம் இருக்கத்தான் செய்கிறது" என்று புன்னகையை உதிர்த்தவர் தொடர்ந்தார், "நாங்கள் உற்பத்தி செய்யும் பொருட்களால், எங்கள் ஊருக்கே நன்மை நடந்து இருக்கிறது என்று சொன்னாலும் மிகையாகாது. பத்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, திருநெல்வேலி மாவட்டத்திற்கு தொழில் பயிற்சிக்காக சென்றோம். அப்போது பினாயில் தயாரிப்பது, தையல் போன்ற தொழில்களைக் கற்றோம். பத்தோடு பதினொன்றாக தான் இந்தத் தொழிலை எண்ணினோம். ஆனால், கொரோனா காலக்கட்டம் எங்களின் பார்வையை மொத்தமாக மாற்றியது. இன்று இந்தக் குழுவால் தான் எங்கள் மாவட்டத்தில் எங்களுக்கான அடையாளமே உருவாகியுள்ளது" என்றார் பாண்டியம்மாள்.

கொரோனாவால் சூடு பிடித்த தொழில்

துணியை தைத்துக் கொண்டே பேசினார் குழுவின் உறுப்பினர் கணபதி, "2014ஆம் ஆண்டு முதல் நாங்கள் பினாயில் தயாரிக்கும் தொழில் தான் செய்து வருகிறோம். ஆனால், கொரோனா ஊரடங்கின் போது எல்லோரும் வீட்டிற்குள்ளே முடங்கி இருந்தோம். அப்போது, மருத்துவர்கள், காவலர்கள் மற்றும் தூய்மை பணியாளர்கள் போன்றோரே ஊரைக் காத்தனர். அவர்களுக்கு ஏன் உதவக் கூடாது என்கிற எண்ணம் எங்கள் எல்லோருக்கும் வந்தது. முதலில், எங்கள் கிராம ஊராட்சிக்கு தேவையான பினாயிலை விற்பனைச் செய்தோம். அதனூடே முக கவசம், மேலாடை, கையுறை, மண்வெட்டி, குப்பைவாரி போன்ற உபகரணங்களையும் தயாரிக்கத் தொடங்கினோம். அது படிப்படியாக மாவட்டம் வரையில் விரிந்து, இப்போது 28 ஊராட்சிகளில் எங்களது தயாரிப்புகளையேப் பயன்படுத்துகிறார்கள். மூன்று ஆண்களுக்கு எங்கள் தொழில் மூலம் வேலைக் கொடுத்துள்ளோம். அன்று மாதம் 100 ரூபாய் சேமிப்பில் தொடங்கினோம், இன்று 500 ரூபாய் சேமிப்பு, 1 லட்சம் உள்கடன், ஒருவருக்கு தலா 1.6 லட்சம் வெளிக்கடன் என்று வாங்குகிறோம். குழு தொடங்கி 25 ஆண்டுகள் உருண்டோடி விட்டன என்பதும் வியப்பாக உள்ளது" என்று கடந்து வந்த தொலைவை நினைத்து ஆச்சரியப்பட்டார்.

இதோ பேக் எடுத்து கிளம்பிட்டாங்க

"இத்தனை ஆண்டுகளில் நாங்கள் வாங்கிய ஏச்சுக்கள் அதிகம். எங்களை நம்பாமல் வாய்க்கு வந்தபடி எல்லாம் பேசி இருக்கிறார்கள். இவ்வளவு வெற்றிக்குப் பின்னும் சில இடங்களில் இன்றுவரையிலும் ஏளனப் பேச்சுக்கள் முழுமையாக ஓயவில்லை. 'பெண்கள் எல்லாம் ஒன்னா சேர்ந்து பினாயில் தயாரிக்கிறாங்க, மண்வெட்டி கொண்டுப் போறாங்க, அடிக்கடி கையில் ஒரு பேக் வேறு எடுத்து கிளம்பிட்டாங்க' என்று அவர்கள் சொல்லும் போது, இன்னார் தான் இந்த வேலையைச் செய்ய வேண்டுமென சட்டம் ஏதும் உள்ளதா என்று எனக்குள் கேட்பேன். அதே சமயம், அடுத்தவர் ஆயிரம் சொல்லட்டும் நாம் நமது மன உறுதியை விடக்கூடாது என்றும் சிந்தித்தது உண்டு. எல்லோரிடமும் நல்ல பெயரை வாங்க முடியாதுதான். எங்களைப் பாராட்ட மாவட்ட ஆட்சியர், வட்டார அலுவலர்கள், சக குழுவினர் என்று பல அரசு அலுவலர்கள் இருப்பது பக்கபலமாக இருக்கிறது." என்று சொல்லும் போதே உணர்ச்சி வசப்படுகிறார் தேவி.

60 தொழில் முனைவோர்கள்!

"அரசு தரும் பயிற்சி முகாமில் பயிற்றுநராக இருந்து, இதுவரை 60 தொழில் முனைவோர்களை உருவாக்கியுள்ளோம். எங்கள் வெற்றி என்பது எங்களுக்கு மட்டும் சொந்தம் அல்ல. எங்களை ஊக்குவித்த அனைவரும் சொந்தம்" என்கிறார் பாலம்மாள்.

மாவட்ட நிர்வாகத்தின் உறுதுணையால், 28 ஊராட்சிகளில் இவர்களின் சுகாதார உபகரணங்கள் பிரசித்தி பெற்றுள்ளன. மேலும், இவர்கள் சொந்த ஊரில் எழுத்தறிவு கற்பிக்கவும் செய்கின்றனர். பள்ளிகளில் மாணவர்களிடம் பாதுகாப்பான தொடுதல், பாதுகாப்பற்றத் தொடுதல் குறித்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துகின்றனர். வீடுகளிலேயே கழிப்பறைகள் இருக்க வேண்டியதின் அவசியம் குறித்தும் பிரச்சாரம் செய்கிறனர்.

"மொத்தத்தில் எங்கள் வெற்றிக்கு வழி சேமிப்பு, உயர்வுக்கு வழி ஒற்றுமை. எங்களுக்கு மணிமேகலை விருதை வழங்கிய தமிழ்நாட்டின் மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர், மாண்புமிகு துணை முதலமைச்சர், மாவட்ட ஆட்சியர் மற்றும் மகளிர் திட்ட அலுவலர்களுக்கு நன்றி!" என்றனர் பாலம்மாள் மற்றும் செம்பருத்தி குழுவினர்.

நாம் நினைச்சதைச் சாதிச்சிட்டோம்னு ஒரு சந்தோஷம் இருக்கத்தான் செய்கிறது

–ப. க. புகழ்ச்செல்வி

யூடியூப் : இங்கு கற்கவும் முடியும்... விற்கவும் முடியும்

வீடியோக்களைக் காண்பதற்கான ஒரு தளமாகத்தான் பலரும் யூடியூப்பை நினைக்கின்றனர். அதில் இருந்தும் வருமானம் ஈட்டமுடியும் என்பது பலருக்கும் அறியாத ஒன்று. உண்மையாகவா என்ற சந்தேகம் வரலாம். ஆம்! உண்மைதான். அதைப்பற்றி அறிந்துகொள்ள மேலும் படியுங்கள்...

நீங்கள் பதிவிடும் உங்கள் காணொளிகள், உங்கள் குரல், உங்கள் வணிகம் குறித்த பயணம் என அனைத்துமே உங்களுக்கான 'டிஜிட்டல் அடையாளம் (Digital Identity)' ஒன்றை உருவாக்கும். சொல்லப்போனால், உங்கள் கதையை உலகம் உணர வைக்கும் ஒரு மேடைதான் யூட்யூப்.

உதாரணமாக, "அம்மா ஊறுகாய் செய்வதில் அழகும் இருக்கும். மணமும் கமழும். ஆனால், அந்த உணர்வை எப்படி பகிர்வது? வீடியோவாகப் பதிவு செய்வதுதான் வழி. எனவே யூடியூப் சேனல் தொடங்கினோம்" இதுதான் பல குழுக்களின் யூடியூப் பயணத்தின் தொடக்கம்

பெரும் படிப்பறிவுவெல்லாம் தேவைப்படாத அளவுக்கு சாமானியர்களும் கையாளும் வகையில் இருப்பதும் இதன் கூடுதல் சிறப்பு.

வழிகாட்டி:

YouTube App >>Channel>>Manage Videos >>Creator Studio

இந்த இடம்தான், உங்கள் யூடியூப் பயணத்தின் கட்டுப்பாட்டு அறை. வெளியிட்ட வீடியோக்களை இங்கு கையாள முடியும். அதற்கும் முன்பாக, ஒரு நல்ல வீடியோவை உருவாக்குவது எப்படி என்று அறிந்துக் கொள்வோம்.

கிரியேட்டர் ஸ்டுடியோ (Creator Studio)

முதலில் அறிந்து கொள்ள வேண்டிய அம்சம் கிரியேட்டர் ஸ்டுடியோ (YouTube Creator Studio). இதுதான் உங்கள் சேனலின் கட்டுப்பாட்டு அறை. இதில், வீடியோக்களின் தலைப்புகள் (Title), விளக்கம் (Description), குறிச்சொற்கள் (Keywords) போன்றவற்றைத் திட்டமிடலாம். பார்வைகள் (views), விருப்பங்கள் (likes), கருத்துகள் (comments) போன்ற தரவுகளை நேரடியாகக் கண்காணிக்கலாம். பார்வையாளர்களின் இடம், வயது, பார்வை நேரம் போன்ற தகவல்களை அறிந்துக்கொள்ளலாம்.

தலைப்பு முதல் முகப்புப் படம் வரை

ஒரு நல்ல யூடியூப் வீடியோ உருவாக்குவது, ஒரு குறும்படத்தைத் தயாரிப்பது போன்றது.

தலைப்பு (Title): வீட்டு வாசலில் வியாபாரம்! நீங்களே ஆகலாம் தொழிலதிபர்! போன்ற தலைப்புகள் பார்வையாளர்களின் கவனத்தை உடனடியாக ஈர்க்கக்கூடியவை.

விளக்கம் (Description): வீடியோவின் உள்ளடக்கம், முக்கியமான குறிச்சொற்கள் (Keywords), உங்கள் வலைத்தள அல்லது வாட்ஸ்அப் இணைப்புகள் ஆகியவற்றை இங்கு இணைக்கலாம்.

முகப்புப் படம் (Thumbnail): பார்வையாளர்களை முதலில் கவரும் காட்சி இதுதான். இதற்கு Canva போன்ற எளிய கருவிகள் சிறப்பாக உதவும்.

பகுப்புகள் (Chapters): அறிமுகம் (Intro), மாதிரி (Demo), குறிப்புகள் (Tips), முடிவு (Conclusion) என வீடியோவை பகுதிகளாக வகுப்பது, பார்வையாளர்களுக்கு வசதியாகவும், திரும்ப பார்க்க வருவோருக்கு அணுக எளிதாகவும் அமையும்.

குறுங்காணொளியா? நீளமான காணொளியா?

வெறும 60 விநாடிகளில் ஒரு கருத்தை வலிமையாகவும் விரைவாகவும் கடத்த உதவும், செங்குத்து வடிவக் குறுங் காணொளிகள் தான் யூடியூப் ஷார்ட்ஸ் (YouTube Shorts).

மாறாக, விரிவாக உங்கள் கருத்தை / தொழிலை விளக்குபவை, வழக்கமான காணொளிகள் (Regular Videos). சராசரியாக, 3–10 நிமிடங்கள் வரை நீளமுடைய இந்த வீடியோக்கள், கூகுள் மற்றும் யூடியூப் தேடல்களில் அதிக முக்கியத்துவம் பெறும். எளிமையாகப் புரிந்து கொள்வதானால், ஷார்ட்ஸ் என்பது பெயர்ப்பலகை போல. காணொளிகள் முழுமையான வீடு போல. இரண்டும் சேர்ந்தால்தான், முழுமையான பலனை ஈட்டும்.

யூடியூப் எஸ்சிஓ – தேடலுக்குள் உங்கள் பாதை

யூடியூப் என்பது கூகுள் உடன் இணைந்த தளம் என்பதால், தேடுபொறிகளை ஒழுங்கமைத்து உங்கள் காணொளிக்கு அதிக பார்வையாளர்களைத் தருகிற எஸ்சிஓவைத் (Search Engine Optimization – SEO) தவிர்க்க முடியாது.

சரியான குறிச்சொற்கள் (Keywords): கூகுள் டிரெண்ட்ஸ் (Google Trends), யூடியூப் தேடுதலுக்கான பரிந்துரை (YouTube Search Suggestions) போன்றவற்றிலிருந்து பெறலாம்.

கோப்பின் பெயரில் உள்ளடக்கச் சொற்கள்

காணொளியில் வரும் மொழிமாற்று விளக்கங்கள் (Closed Caption): தமிழ் மற்றும் ஆங்கிலத்தில் விளக்கங்களைச் சேர்த்தால், உங்கள் காணொளியை நிறைய பார்வையாளர்கள் அணுகுவர், அவர்களை தக்கவைத்துக் கொள்ளும் எண்ணிக்கையும் அதிகரிக்கும். இதற்கென எஸ்சிஓ-வில் உதவ பிரத்யேக கருவிகளான vidIQ, TubeBuddy, KeywordTool.io போன்றவை உண்டு.

வீடியோவின் உள்ளடக்கம் – ஹூக், ஹார்ட் & ஹெல்ப்

எல்லாவற்றுக்கும் மேலானது வீடியோவின் உள்ளடக்கம் தான். அவற்றை மூன்று பாகங்களாகப் பிரிக்கலாம்.

ஹூக்: முதல் 5 நொடியில் பார்வையாளர்களை ஈர்க்கும்படியான அம்சம் இருக்க வேண்டும்.

ஹார்ட்: உங்கள் உள்ளடக்கத்தின் முக்கியத்துவம் அல்லது சிறப்பம்சம் உள்ளிட்டவை இடம்பெறும் பகுதி.

ஹெல்ப்: பார்வையாளருக்கு இதனால் என்ன பயன் அல்லது அவர் ஏன் இதை பார்க்க வேண்டும் என்பதைச் சொல்லும் பகுதி. இப்படி அமைத்தால் வீடியோ நிச்சயமாகப் பார்க்கப்படுவதோடு பகிரவும் வாய்ப்புகள் அதிகம். இதற்கு சாதாரண கைபேசி மைக்ரோஃபோனே போதும். ஆனால் பின்னணி இரைச்சல் தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

மாதாந்திர திட்டமிடல் – யூடியூப் பயணத்துக்கு ஓர் அமைப்பு

கடந்த முறை வெளியிடப்பட்ட ஹூக் -ஹார்ட்-ஹெல்ப் மாதிரி வழிமுறையைப் பயன்படுத்தி வாரந்தோறும் திட்டமிட்டு வீடியோ வெளியிடலாம். அதேபோல, அனாலிட்டிக்ஸ் பார்த்து மாற்றங்களும், குறைந்தபட்சம் நேர்த்தியான படத்தொகுப்பும் இருந்தால் வீடியோவின் தரம் கூடும். இதற்கும் கைபேசியிலேயே ஏராளமான வாய்ப்புகளும் உள்ளன.

CapCut, VN – படத்தொகுப்புக்கு
Canva – முகப்புப் படம் (Thumbnail) உருவாக்க
Google Docs – எழுத்துக்கு
Subtitle Edit – கேப்ஷன் உருவாக்க
vidIQ, TubeBuddy – SEO செய்ய,

என இலவசமாகவே இந்த இணைய சேவைகள் கிடைக்கின்றன.

வெறும் 'வீடியோ பார்ப்பதற்கான தளம்' அல்ல யூடியூப். இங்கு கற்கவும் முடியும் விற்கவும் முடியும்.

– ஹரிஹரன் ஈ கா செ

புதுமையான கேக்குகளின் ராணி

பெரிய அளவு பட்டாம்பூச்சி ஒன்று இறக்கை அடித்து பறக்கிறது. கர்ப்பிணி ஒருவரின் நிறைமாத வயிறோடு ஓர் அழகிய உருவம். வெண்ணிற மேகங்கள் மிதக்கும் இடத்தில் ஒரு டெடி பியர் பொம்மை சொகுசாக உட்கார்ந்திருக்கிறது.

இத்தனை வர்ணிப்புகளும் கேக்குகள் பற்றி என்றால் ஒரு நிமிடம் திகைப்புதான் ஏற்படும். அழகிய கலை வண்ணத்துடன் பார்க்கவே பிரமிப்பை ஏற்படுத்தும் இப்படியான கேக்குகளை உருவாக்குகிறார் தாரிணி. சேலம் தாதகாப்பட்டியைச் சேர்ந்த இவருடன் முற்றம் இதழுக்காக உரையாடினோம். அவர் செய்யும் கேக்குகளைப்போலவே சுவையாக நீண்டது உரையாடல்.

தாரிணியுடன் பிறந்தவர்கள் 4 பேர். இரண்டு அண்ணன்கள், ஒரு தம்பி, ஒரு தங்கை. அண்ணன் படிக்க வைத்ததென்னவோ பிஏ ஆங்கில இலக்கியம். ஆனால் தாரிணிக்கு கேட்டரிங்கில்தான் ஆர்வம். ஆனாலும் அண்ணன் சொல்லைத் தட்டாமல் பி.ஏ. ஆங்கிலத்தில் பட்டமும் முடித்துள்ளார்.

கேக் செய்யும் வேலையை எப்போது தொடங்கினீர்கள்?

திருமணமாகி 3 ஆண்டுகள் ஆகிறது. பிறந்த வீட்டிலும், புகுந்த வீட்டிலும் பெரிய வசதி இல்லை. அதிலும் திருமணமான முதல் ஆண்டில் ரொம்ப கஷ்டப்பட்டோம். சாப்பிட்டிற்கே கூட கஷ்டம் இருந்தது. அதன் பிறகு கேக் செய்ய ஆரம்பித்தேன். எங்கள் பெரியம்மா கேக் செய்வார்கள். எங்கள் ஐந்து பேருக்குமே கேக் செய்து தருவார்கள். பத்திரிகைகளில் வரும் ரெசிப்பிக்களை பார்த்துத்தான் பெரியம்மாவும் கேக் செய்வார். பெரியம்மாவிடம் கேட்டு செய்தாலும் முதலில் கேக் சரியாக வரவில்லை. யூ ட்யூப் வீடியோக்களை பார்த்து செய்து தவறுகளில் இருந்து கற்றுக் கொண்டதுதான்.

> **பெரியம்மாவிடம் கேட்டு செய்தாலும் முதலில் கேக் சரியாக வரவில்லை. யூடியூப் வீடியோக்களைப் பார்த்துச் செய்து தவறுகளில் இருந்து கற்றுக் கொண்டதுதான்.**

9 மாத கர்ப்பிணியாக இருந்தபோது கேக் செய்ய ஆரம்பித்தேன். நன்றாக இருந்தது என்று என் கணவரும், கேக்கை சாப்பிட்டவர்களும் சொன்னார்கள். அதில் ஊக்கம் பெற்று, குழந்தை பிறந்த இருபதாவது நாளில் இருந்து கேக் செய்ய ஆரம்பித்தேன். சிசேரியன்தான். வலியை பார்த்தால் முடியாது என்று கேக் செய்ய ஆரம்பித்து விற்பனை செய்யவே தொடங்கிவிட்டேன்.

கேக் செய்யும் தொழிலில் ஈடுபட்ட ஆரம்ப கால கட்டம் எப்படி இருந்தது?

எங்கள் வீடு மிகவும் சிறியது. அதிலேயே கேக் செய்தபோது மிகவும் சிரமமாக இருந்தது. 1300 ரூபாய் முதலீட்டில்தான் நான் கேக் தொழிலை ஆரம்பித்தேன். அதுகூட கணவரிடம் கேட்க பயந்தேன். முதலீடாக 1300 ரூபாயை, என் தம்பிதான் தந்தான். இப்போது கேக் செய்வதற்காகவே ஒரு வீட்டை ஒத்திக்கு எடுத்து அங்கு கேக் செய்கிறோம். லீசுக்கான 5 லட்சம் ரூபாயும் நான் கேக் செய்து சம்பாதித்ததுதான். யார் உதவியும் இல்லாமல், யாரிடமும் கேட்காமல், நானே உழைத்து இந்த பணத்தை சம்பாதித்தேன். இப்போது கஷ்டப்பட்டு உழைத்து முன்னேறிக் கொண்டிருக்கிறோம்.

சமூக வலைதளங்களை உங்களுக்கான தளமாக பயன்படுத்திக் கொள்கிறீர்கள். எப்படி இது சாத்தியமாகிறது?

கேக் கூட எளிதாக செய்துவிடலாம். இன்ஸ்டா, யூடியூபில் வீடியோ போடுவதுதான் மிகவும் சிரமம். ஆனால், யூடியூப் மூலமாக வீடியோக்கள் போட்டதன் மூலம் மார்க்கெட் செய்தேன். என்னதான் வீடியோக்கள் போட்டாலும், சுவை பிடித்திருந்தால்தான் வாடிக்கையாளர்கள் மீண்டும் மீண்டும் வந்து வாங்குவார்கள். அவர்கள் நன்றாக இருக்கிறது என்று மற்றவர்களிடம் சொல்லி, அவர்கள் வந்து வாங்க, என 2 ஆண்டுகள் ஆகிவிடும். வாடிக்கையாளர்களின் நம்பிக்கையைப் பெற்றதால் என்னிடம் வந்து கேக் வாங்குகிறார்கள்.

கேக் செய்யத் தொடங்கி ஆறு மாதத்திற்குப்பின்தான் வீடியோக்களை எடுத்து யூடியூபில் போட ஆரம்பித்தேன். வீடியோ போடாவிட்டால் வியூஸ் குறைந்துவிடும். அதனால் அதுவும் முக்கியம். சோஷியல் மீடியா மூலம் வருமானமும் கிடைக்கிறது. மாதம் குறைந்தபட்சம் 40 –45ஆயிரம் ரூபாய் வருமானம் வரும், அதிலும் மே மாதம் விடுமுறை காலத்தில் வீடியோக்கள் மூலம் 90 ஆயிரம் ரூபாய் வரை வருமானம் கிடைத்தது. என் வீடியோக்களை அதிகம் பார்ப்பவர்கள் குழந்தைகள்தான். அதனால் தான் அந்த அளவு வியூஸ் கிடைத்தது. கேக் செய்வதன் மூலம் மாதம் ஒரு லட்சம் ரூபாய்க்கு மேல் வருமானம் வருகிறது. இதில் செலவுகள் போக 70 முதல் 80 ஆயிரம் ரூபாய் வரை கையில் நிற்கும். முறையாக வருமான வரியும் செலுத்துகிறேன்.

கேக் செய்யும் தொழிலில் நீங்கள் சந்தித்த, சந்திக்கும் சவால்கள் என்ன?

குடும்பம்தான் பெரிய சவால். அதேபோல சில வாடிக்கையாளர்களும் சவால்தான். நன்றாக இருக்கும் கேக்கைக் கூட நன்றாக இல்லை என்று சொல்வார்கள். சிலர் நிறைய ஃபுட் கலர் போடச்சொல்லி கேட்பார்கள். நான் மறுத்தால் திட்டுவார்கள். குழந்தைகள் சாப்பிடும் கேக் என்பதால் ரெயின்போ கேக், ரெட் வெல்வெட் கேக் போன்றவற்றை செய்ய மாட்டேன்.

நான் செய்யும் அனைத்து கேக்குகளுமே எனக்குப் பிடிக்கும். இப்போது கிராவிட்டி கேக் என்ற ஒன்றை செய்தேன். அது மிகவும் கடினம். சுமார் ஒரு வருடமாக அதற்கான பொருட்களை தேடி, முயற்சித்து முதல்முறையாக செய்து பார்த்தபோதே நன்றாக வந்துவிட்டது.

அதேபோல வாடிக்கையாளர் ஒருவருக்காக, பட்டர்ஃபிளை கேக் முதலில் செய்தபோது அப்படியே சாய்ந்துவிட்டது. அதன்பின் அதன் நுணுக்கங்களுடன் செய்தபோது நன்றாகவே செய்தேன். அவ்வளவு கஷ்டப்பட்டும் வாடிக்கையாளருக்குத்தான் திருப்தி இல்லை போல அவர்களுக்குப் பிடிக்கவில்லை. அதுபோலவே, கேக்கை டெலிவரி செய்வதற்காக காரில் கூட்டிச்செல்வார்கள். மீண்டும் கூட்டிவந்து விடுவதாக சொல்வார்கள். கணவர், குழந்தையுடன் கேக்கையும் பெரிய பெரிய பெட்டிகள் உள்ளிட்ட பொருட்களையும் எடுத்துக்கொண்டு செல்வோம். டெலிவரி முடிந்தும் நடுரோட்டில் விட்டுவிடுவார்கள். நீங்களே பஸ் ஏறி போய்விடுங்கள் என்பார்கள்.

குடும்பத்தின் ஆதரவு எப்படி இருந்தது?

முன்பு உதவி கேட்டு அவமானப் பட்டிருக்கிறேன். அதன் பிறகு யாரிடமும் கேட்கமாட்டேன். இப்போது என்னை யாரும் எதுவும் சொல்ல மாட்டார்கள். அதுவே பெரிய உதவி. ஆரம்ப கட்டத்தில் கேக் எதுவும் செய்ய வேண்டாம், குழந்தையைப் பார் என்று வீட்டிலேயே எதிர்ப்பு வந்தது. என் கனவை அவர்களுக்குப் புரிய வைத்தபின் என் குடும்பமே எனக்கு ஆதரவாக நிற்கிறது. நிறைய பெண்கள் இங்குதான் தவறு செய்கிறார்கள். குடும்பத்தினருக்கு புரிய வைப்பது மிகவும் முக்கியம்,

எங்களுடைய திருமணம் பெற்றோர் பார்த்து வைத்த திருமணம்தான். என் கணவர் எனக்கு மிகவும் ஆதரவாக இருக்கிறார். கேக் செய்வதற்கான பிற வேலைகள் அனைத்தும் செய்வார். பொருட்களை வாங்குவது, நிர்வாகம், சுத்தம் செய்வது என அனைத்தையும் அவரே பார்த்துக் கொள்வார். அவர் கூட பரவாயில்லை, எங்கள் குழந்தைக்கு 2 வயதாகிறது. மற்ற குழந்தைகளைப் போல பொருட்களைக் கலைத்துப் போடுவது, தொல்லை செய்வது என எந்த சிரமத்தையும் தரமாட்டாள். எனக்கே ஆச்சரியம்தான். பிறந்ததில் இருந்தே இப்படியே பார்த்துக் கொண்டிருப்பதால், என் கூடவே இருந்தாலும், எதையும் தொடமாட்டாள், குடும்பத்தோடு அதிக நேரம் செலவிட முடியவில்லை என்று பிசினஸ் செய்யும் அனைத்து பெண்களுக்குமே ஒரு கவலை சிறியதாக இருக்கும். எனக்கும் இருக்கிறது. இத்தனைக்கும் கணவர், குழந்தை என ஒன்றாக இருந்து சிரித்து மகிழ்ச்சியாக இருந்தாலும், வெளியே நினைத்த நேரத்தில் போவது, பொழுதை கழிப்பது என இருக்க முடியாது.

புதிதாக தொழில் தொடங்குபவர்களுக்கு என்ன சொல்ல விரும்புகிறீர்கள்?

புதிதாகத் தொழில் தொடங்குபவர்கள் பெரிய அளவில் முதலீடு செய்யாதீர்கள். அவ்வளவு முதலீடு போட்டு ஒன்றுமே வரவில்லை என்று சுற்றியிருப்பவர்கள் சும்மா இருக்கமாட்டார்கள். அடுத்து முயற்சிக்க முடியாமல் மனமுடைந்துவிடும். குறைந்த அளவு முதலீடு செய்து படிப்படியாக முன்னேறலாம். இன்றைக்கு சோஷியல் மீடியாக்களை பயன்படுத்தி நன்றாக வளரலாம். அங்கேயும் பலர் தவறான கமெண்ட்ஸ் செய்வார்கள். அதையெல்லாம் புறம் தள்ளிவிட வேண்டும். பொருட்படுத்தக் கூடாது. எனக்கு வரும் தவறான கமெண்டுகளை மறைத்துவிடுவேன்.

– பார்வதி

“ என் கனவை அவர்களுக்குப் புரிய வைத்தபின் என் குடும்பமே எனக்கு ஆதரவாக நிற்கிறது. ”

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்கள்

வணிகம் வளர்க்க

மலர் மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
மதுரை மாவட்டம்.
கைபேசி : 98628 55505
சிறுதானிய தின்பண்டங்கள்

இயற்கை விவசாயி சுய உதவிக் குழு,
நாகப்பட்டிணம் மாவட்டம்.
கைபேசி : 96775 03864
பாரம்பரிய அரிசி வகைகள்

வளர்பிறை மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
நாமக்கல் மாவட்டம்.
கைபேசி : 9842855505
சணலில் செய்யப்பட்ட பல்வேறு வகையான பைகள்

அறப்புளி காபி மற்றும் மிளகு கூட்டமைப்பு நாமக்கல் மாவட்டம்.
கைபேசி : 99945 66648
தரமான காபித் தூள் மற்றும் மிளகு

ராசி மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
நாமக்கல் மாவட்டம்.
கைபேசி : 97871 23959
மாக்கல்லில் செய்யப்பட்ட பொருட்கள்

சக்தி மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
சேலம் மாவட்டம்.
கைபேசி : 98422 40153
தரமான கைத்தறி துண்டுகள்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுவை மேலும் வளர்க்க எண்ணுவோர், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம் சார்பில் இயங்கும் 'மதி சந்தை' (www.mathisandhai.com) எனும் வலைதளம் வழியே பொருட்களை வாங்கலாம்.

முதலீட்டுக்கு ஏற்றம் கொடுக்கும் தேசிய சேமிப்புச் சான்றிதழ்!

நாட்டு மக்களிடையே முதலீடு மற்றும் சேமிப்புப் பழக்கத்தை ஊக்குவிக்கும் வகையில் ஒன்றிய அரசால் தொடங்கப்பட்ட திட்டம் தான், தேசிய சேமிப்புச் சான்றிதழ் (National Savings Certificate – NSC). நம்பகமான முதலீடு, உறுதியான வட்டி வருமானம் மற்றும் வரி விலக்கு உள்ளிட்ட அம்சங்களுடன், ஒன்றிய அரசின் உத்தரவாதத்துடன் கூடிய இத்திட்டத்தைப் பற்றி இனி காண்போம்!

திட்டத்தில் இணைவது எப்படி?

இந்தியக் குடிமக்கள் எவராயினும் இத்திட்டத்தில் முதலீடு செய்யலாம். வயது வரம்பு கிடையாது. எந்தவொரு தபால் அலுவலகத்திலும் எளிதாகக் கணக்கு திறக்க முடியும். இணைய தபால் வங்கி மூலமாகவும் பயன்பெறலாம். தனிநபராகவோ அல்லது இருவர், மூவர் இணைந்து கூட்டுக் கணக்கு தொடங்கி முதலீடு செய்து வரலாம். 10 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள், தங்கள் கணக்கை தாங்களே நிர்வகிக்க முடியும். வெளிநாடு வாழ் இந்தியர்கள் (NRI) இத்திட்டத்தில் பயன் பெற முடியாது.

தேவையான ஆவணங்கள்:

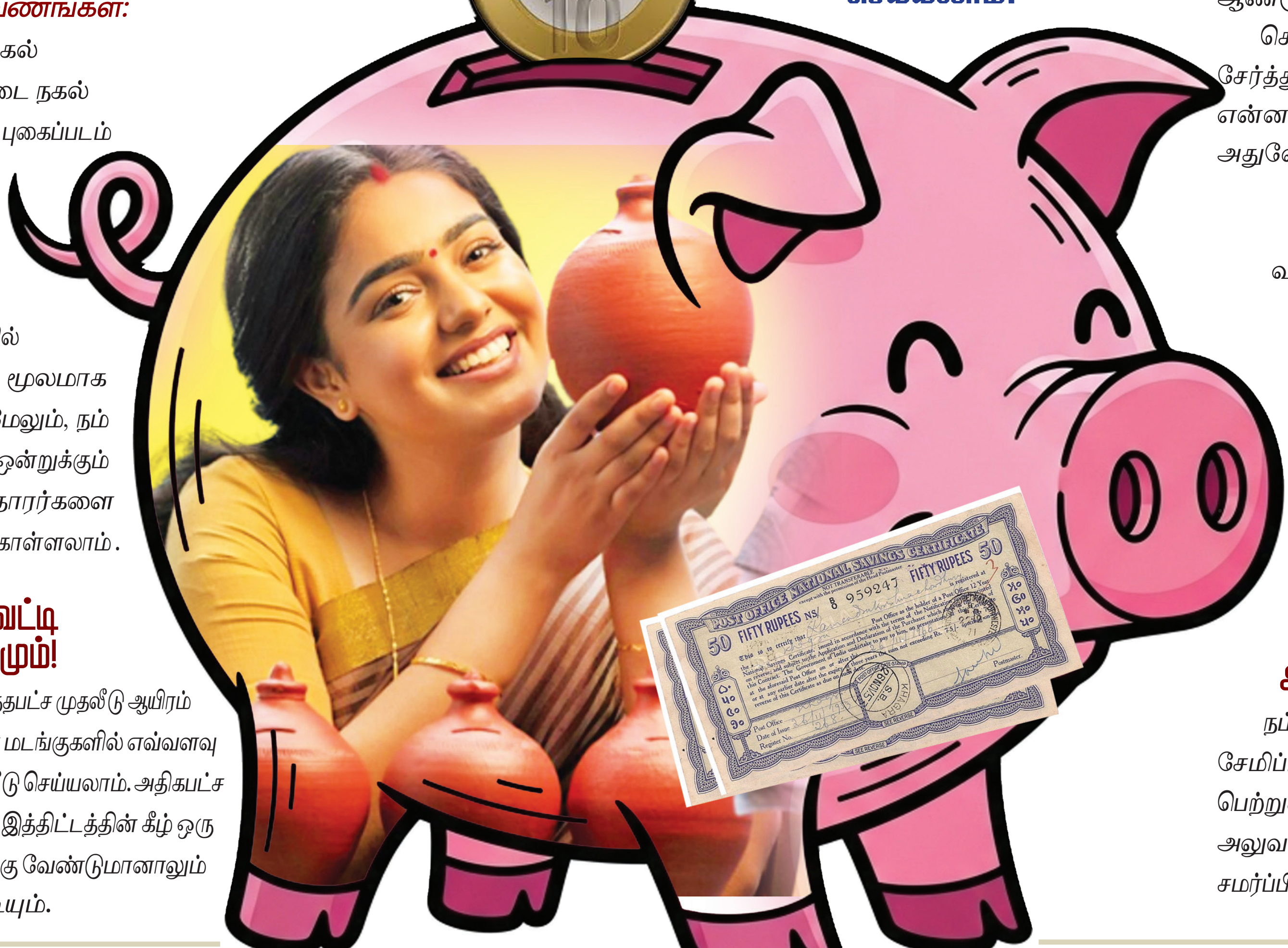
- ஆதார் அட்டை நகல்
- பான் (PAN) அட்டை நகல்
- கடவுச்சீட்டு அளவு புகைப்படம்

இத்துடன் விண்ணப்பப் படிவத்தைப் பூர்த்தி செய்து, ரொக்கம், காசோலை, கேட்பு காசோலை (DD), இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றின் மூலமாக முதலீடு செய்யலாம். மேலும், நம் முதலீட்டுக் கணக்கிற்கு ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட நியமனதாரர்களை (Nominees) பதிவு செய்து கொள்ளலாம்.

முதலீடும், வட்டி வருமானமும்!

இத்திட்டத்தின் குறைந்தபட்ச முதலீடு ஆயிரம் ரூபாய் ஆகும். ரூ.100-இன் மடங்குகளில் எவ்வளவு வேண்டுமானாலும் முதலீடு செய்யலாம். அதிகபட்ச வரம்பு ஏதும் கிடையாது. இத்திட்டத்தின் கீழ் ஒரு தனிநபர் எத்தனை கணக்கு வேண்டுமானாலும் திறந்து கொள்ள முடியும்.

குறைந்தபட்ச முதலீடு ஆயிரம் ரூபாய் முதல் ரூ.100–இன் மடங்குகளில் எவ்வளவு வேண்டுமானாலும் முதலீடு செய்யலாம்.



கணக்குதாரருக்கு இறப்பு நேர்ந்தால்

- இத்திட்டத்தின் பாதியிலேயே, தனிநபர் கணக்குதாரர் அல்லது கூட்டுக் கணக்கில் உள்ள அனைத்து முதலீட்டு தாரர்களும் மரணிக்கும் பட்சத்தில், அவர்களின் சட்டப்பூர்வ வாரிசுகள் அல்லது பதிவு செய்யப்பட்ட நபர்கள் (Nominees) சம்பந்தப்பட்ட ஆவணங்களுடன் தொடர்புடைய தபால் அலுவலகத்தை அணுக வேண்டும்.
- கணக்கை மாற்றம் செய்ய, நிபந்தனைகளுக்கு உட்பட்டு தேவையான ஆவணங்களைச் சமர்ப்பித்தல் அவசியம்.
- இரண்டு அல்லது அதற்கும் மேற்பட்ட பதிவு செய்யப் பட்ட நபர்கள் (Nominees) இருக்கும் பட்சத்தில், நியமனம் செய்யும் போது கணக்குதாரரால் குறிப்பிடப்பட்ட விகிதத்தில் நிலுவைத் தொகை பகிர்ந்து வழங்கப்படும்.
- அப்படியான விகிதம் அல்லது பங்கு அளவு எதுவும் குறிப்பிடப்படவில்லை எனில், அத்தொகை அனைவருக்கும் சமமான விகிதத்தில் பகிர்ந்து அளிக்கப்படும்.
- பதிவு செய்யப்பட்ட நபர் மைனராக இருந்தால், அத்தகைய தொகையைப் பெற கணக்குதாரரால் நியமிக்கப்பட்ட நபருக்கும், ஒருவேளை அப்படியான நபர் நியமிக்கப்படவில்லை எனில், மைனரின் பாதுகாவலருக்கும் பணம் வழங்கப்படும்.

நம் முதலீட்டுக்கான முதிர்வுக் காலம் ஐந்து ஆண்டுகள். ஒருமுறை செய்யும் முதலீடானது, அடுத்த ஐந்தாண்டுகளுக்கு திரும்பப் பெற முடியாத வகையில், 'லாக் இன் பீரியட்' (Lock) செய்யப்பட்டு விடும். ஒன்றிய நிதி அமைச்சத்தின் நிபந்தனைகளின்படி, ஒரு நிதியாண்டில் ஒவ்வொரு மூன்று மாதத்திற்கு ஒருமுறையும் வட்டி விகிதம் மாற்றத்திற்கு உட்படும். இதன் தற்போதைய வட்டி விகிதம் ஆண்டுக்கு 7.7% ஆகும். நம் முதலீடு, கூட்டு வட்டி அடிப்படையில் கணக்கீடு செய்யப்படுவதால், ஒவ்வோர் ஆண்டும் வழங்கப்படும் வட்டியானது மறுமுதலீடு செய்யப்பட்டு, ஐந்தாண்டுகள் கழித்து அசலுடன் சேர்த்து வழங்கப்படும். முதலீட்டைத் தொடங்கிய போது, என்ன வட்டி விகிதம் நிர்ணயம் செய்யப்பட்டதோ, அதுவே முதிர்வுக் காலம் முழுக்க வரவு வைக்கப்படும்.

வரிச்சலுகை உண்டு!

வருமான வரிச் சட்டம் 80சி பிரிவின்கீழ், ஒரு நிதியாண்டில் நிபந்தனைக்கு உட்பட்டு ரூ.1.5 லட்சம் வரையிலான முதலீட்டுக்கு வரிச் சலுகை பெற முடியும். வட்டி வருமானம் அடுத்தடுத்த ஆண்டுகளில் மறுமுதலீடு செய்யப் படுவதால், அந்தக் குறிப்பிட்ட ஆண்டில் அந்தத் தொகைக்கு வரிச் சலுகை பெற முடியும். வரிச் சலுகை கோரவில்லை எனில், வட்டி வருமானம் வரிக்கு உட்பட்டது.

அடமானம் வைக்க உரிமை உண்டு!

நம் முதலீட்டு ஆவணத்தின் மீது, அதாவது தேசிய சேமிப்புச் சான்றிதழ் கணக்கை அடமானம் வைத்து கடன் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். அதற்கு, சம்பந்தப்பட்ட தபால் அலுவலகத்தை அணுகி, தேவையான ஆவணங்களைச் சமர்ப்பித்து அனுமதி பெறுவது அவசியம். பின்னர், அனைத்து முக்கிய வங்கிகள் மற்றும் வங்கி அல்லாத நிதி நிறுவனங்கள் (NBFC) ஆகியவற்றிடம் தேசிய சேமிப்புச் சான்றிதழ் கணக்கைச் சமர்ப்பித்து, பாதுகாப்பான வகையில் கடன்களைப் பெற முடியும். கடனுக்கான வட்டி விகிதம் அந்தந்த வங்கியைப் பொறுத்து மாறுபடும்.

கணக்கை முன்கூட்டியே மூடலாமா?

இத்திட்டத்தைப் பொறுத்தவரை, முதிர்வுக் காலத்திற்கு முன்னர் நம் முதலீட்டுப் பணத்தைத் திரும்பப் பெற முடியாது. கெடுவாய்ப்பாக, தனிநபர் கணக்குதாரர் அல்லது கூட்டுக் கணக்கின் ஒரு முதலீட்டுதாரர் அல்லது அனைவரும் மரணிக்கும் பட்சத்தில் அல்லது நீதிமன்றம் உத்தரவிடும் போது, முன்கூட்டியே கணக்கை முடிக்க அனுமதிக்கப்படுகிறது. முதலீடு செய்யப்பட்ட தேதியிலிருந்து ஒரு ஆண்டு நிறைவடைவதற்கு முன்பாகவே கணக்கு மூடப்பட்டால், அசல் தொகை மட்டுமே வழங்கப்படும்.

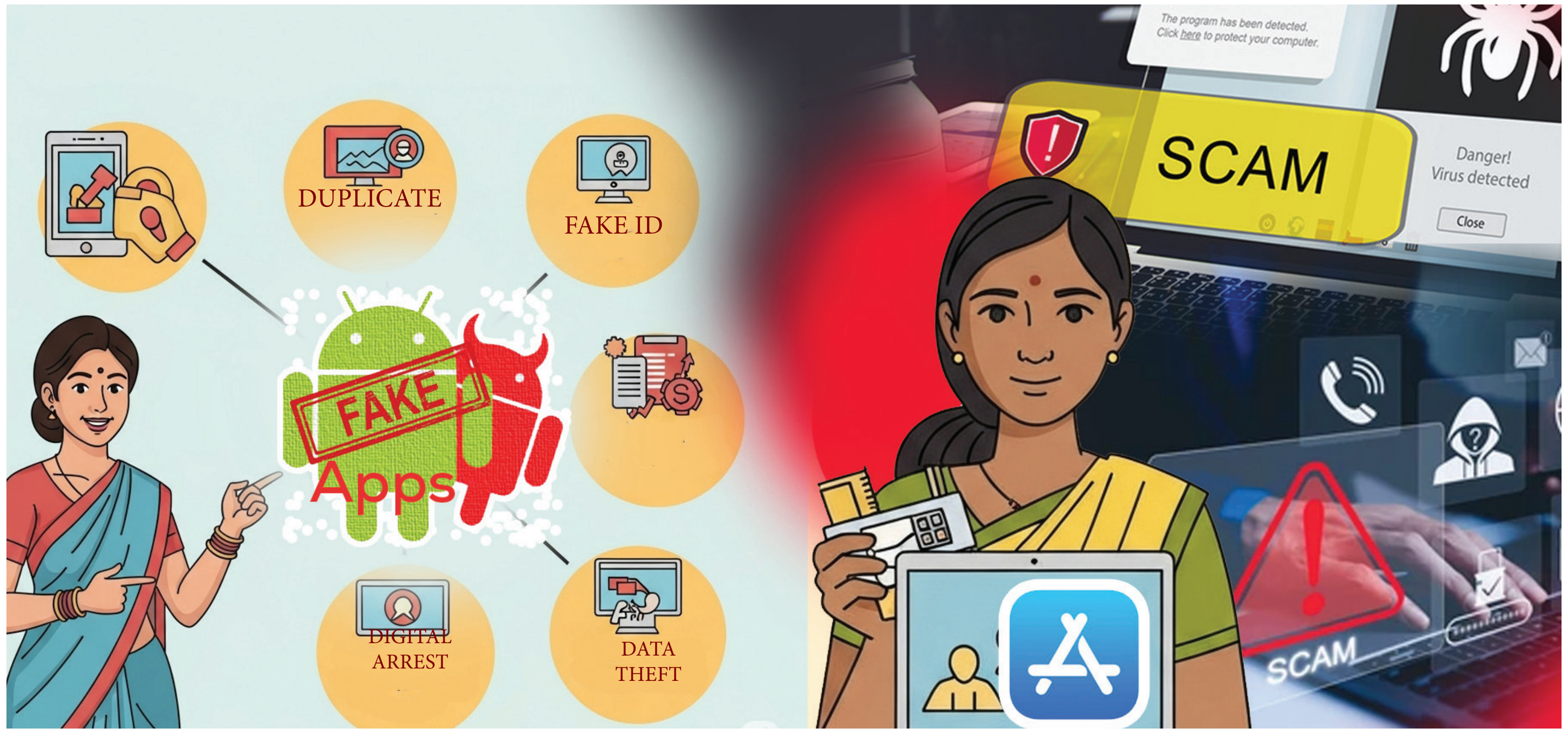
திட்டத்தின் நன்மைகள் என்னென்ன?

நம் முதலீட்டுக்கு முதிர்வுக் காலம் நிர்ணயிக் கப்பட்டிருப்பதால், ஐந்தாண்டுகளுக்குப் பிறகான இலக்குகளை அடைய விரும்புவோருக்கு இத்திட்டம் உதவிகரமாக இருக்கும். வருமான வரிச் சலுகை மற்றும் அடமான வசதி அளிக்கப்படுவதால், இது வழக்கமான நிலையான வைப்பு நிதித் திட்டங்களை (FD) விட நிச்சயம் இலாபகரமான முதலீடாக இருக்கும். அரசின் உத்தரவாதத்துடன் கூடிய திட்டம் என்பதால், அபாயங்கள் என்பது மிகக் குறைவு. நம் முதலீட்டுக்கு வழங்கப்படும் வட்டி விகிதமானது, பணவீக்க விகிதத்தை விட சற்று அதிகமாக இருப்பதால், எதிர்காலத்திற்கும் பயனளிக்கும். அனைத்து தரப்பினரும் பயன்பெறும் வகையில் அமையப்பெற்ற, தேசிய சேமிப்புச் சான்றிதழ் திட்டத்தில் இணைய விரும்புவோர் அருகிலுள்ள தபால் அலுவலகத்தை அணுகவும்! –**பெ.ரமணஹரிஹரன்**

ஏமாற்றுச் செயலிகளைக் கண்டறிவது எப்படி?

இப்போது தொடுதிரை செல்பேசி வந்த பின் எல்லாவற்றுக்கும் செயலிகள் இருக்கின்றன. டிக்கெட் முன்பதிவு செய்ய, முகவரி கண்டுபிடிக்க, பொருட்கள் வாங்க, வங்கிச்சேவைகள் பெற என எந்த வகை தேவை என்றாலும் அதற்கென பலவித செயலிகள் இருக்கின்றன. டேட்டிங், டிரக்கிங், கற்றல், பொழுதுபோக்கு, ஆன்மிகம், தத்துவம் என்றும் எண்ணற்ற செயலிகள் இருப்பதை நீங்கள் அறிந்திருக்கலாம்.

இவற்றில் பலரும் அறிந்திருக்கும் பிரபலமான செயலிகளும் இருக்கின்றன. அதிகம் அறியப்படாத அருமையான செயலிகளும் இருக்கின்றன. இவைத்தவிர புத்தம் புதிய செயலிகளும் அறிமுகம் ஆகிக்கொண்டிருக்கின்றன. எல்லாம் சரி, இந்த செயலிகள் எல்லாமே பாதுகாப்பானவை அல்ல என்பது தெரியுமா? ஆம், செயலிகளில் தீங்கான செயலிகளும் இருக்கின்றன. அதாவது, ஏமாற்று நோக்கத்துடன் மோசடியாளர்களால் உருவாக்கப்பட்ட செயலிகள். சைபர் குற்றவாளிகளும், இணைய விஷமிகளும் செயலிகள் வாயிலாக கவர்ந்திழுத்து மோசடி வலை விரிப்பதால் போலி செயலிகள் குறித்து எச்சரிக்கையோடு இருப்பது அவசியமாகிறது. அந்த வகையில் போலி செயலிகளை கண்டறிவதும் முக்கியம்.



போலி செயலிகள்

பார்ப்பதற்கு பயனுள்ள செயலி போல தோற்றம் தந்தாலும், மோசடி நோக்கத்தோடு உருவாக்கப்பட்ட செயலிகள் போலி செயலிகளாகக் கருதப்படுகின்றன. முன்னணி செயலிகள் அல்லது வெற்றிகரமான செயலிகள் போலவே காட்சி அளிக்கும் இவற்றின் தோற்றத்தை மீறி, பின்னணியில் ஏமாற்றும் நோக்கம் அல்லது மோசடி செயல்பாடு மறைந்திருக்கும். ஏதேனும் ஒரு வகையில் பயனாளிகளைக் கவர்ந்திழுத்து, வங்கிக் கணக்கு எண் அல்லது தனிப்பட்ட அடையாள விவரம் உள்ளிட்ட தகவல்களை அவர்களை அறியாமல் வழங்கச்செய்வதை இவை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன.

இந்த வகை தனிப்பட்ட தகவல்கள் எப்படி பயனாளிகளை ஏமாற்றப் பயன்படுகின்றன என்பது பற்றி எண்ணற்ற மோசடிக்கதைகளை கேள்விப்பட்டு வருகிறோம். ஒரு சில மோசடி செயலிகள் விளம்பர நோக்கம் கொண்டவை என்றாலும், பயனாளிகளுக்கு இழப்பை ஏற்படுத்தும் விஷமத்தனமான செயலிகள் தான் விபரீதமானவை.

பத்துக் கட்டளைகள்

போலிச் செயலிகளைக் கண்டறிவதற்கான வழிகள்:

- செயலியின் அடையாள லோகோவை சரி பார்க்கவும்.
- பிழைகள் இருக்கின்றனவா என பார்க்கவும்.
- உருவாக்கிய நிறுவனம் நம்பகமானதா? என அறியவும்.
- எத்தனை பேர் டவுன்லோடு செய்துள்ளனர்?
- பயனர்கள் விமர்சன கருத்துக்கள் என்ன?
- அப்டேட்கள் உள்ளனவா?
- சரிபார்ப்பு சான்றிதழ்கள் உள்ளனவா?
- எந்த வகை அனுமதிகளைக் கோருகின்றன?
- எந்த வகை பலன்களை முன்னிறுத்துகின்றன?
- மறைமுகக் கட்டணங்கள் இருக்கின்றனவா?

செல்பேசி முடக்கம்

மோசடி செயலிகள் என்னவெல்லாம் செய்கின்றன என்பதை தெரிந்து கொண்டால் திகைப்பாக இருக்கும். ஒரு சில செயலிகள் எந்தவித வில்லங்கமும் இல்லாதவைப் போல தோன்றினாலும், பின்னணியில் மால்வேர் எனும் நச்சு மென்பொருள் மூலம் பயனாளிகளின் தரவுகளைச் சேகரித்துக் கொண்டிருக்கலாம். சைபர் குற்றவாளிகளுக்கு கம்ப்யூட்டர் அல்லது போன்களின் கதவுகளை திறந்துவிடும் மால்வேர்களும் இவற்றின் வாயிலாக ஊடுருவலாம். பாஸ்வேர்டு பறிபோவதும் நடக்கலாம்.

இன்னும் சில செயலிகள் பயனாளிகள் இணைய அசைவுகளை பின் தொடரலாம். கீபோர்டு இயக்கத்தையும் கண்காணிக்கலாம். ஸ்மார்ட்போன் வழியே பயனாளிகள் சுற்றுப்புறத்தை கண்காணிக்கலாம். இத்தகைய செயலிகள் தனிநபர்களுக்கு பாதிப்பு என்பதோடு அவர்கள் வாயிலாக நிறுவனங்களும், அமைப்புகளும் கூட பாதிக்கப்படலாம்.

நான்கு வகைகள்

போலி செயலிகளைக் கண்டறிய அவற்றின் வகைகளை அறிந்து கொள்வதும் உதவும். ஒன்று போலவே தோற்றம் தருபவை, மாற்று வடிவங்கள், வஞ்சக செயலிகள் மற்றும் மிரட்டல் செயலிகள் என நான்கு வகையான போலி செயலிகள் இருப்பதாக சைபர் வல்லுனர்கள் கருதுகின்றனர். லுக் அலைக்ஸ் என சொல்லப்படும் ஒன்று போலவே தோற்றம் தரும் செயலிகள், ஏற்கனவே நன்கறியப்பட்ட வெற்றிகரமான செயலிகள் போலவே தோற்றம் தருபவை. பெயரிலும், அடையாளத்திலும் இவை ஒன்று போலவே இருப்பதால், பயனாளிகள் நம்பி பயன்படுத்தி தாக்குதலுக்கு உள்ளாகலாம். இந்த வகை போலிச் செயலிகளிடம் தான் மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். ஏனெனில் அதிகாரப்பூர்வமான செயலிகள் என நினைத்து பலரும் ஏமாற வாய்ப்பிருக்கிறது.

இரண்டாவது வகை போலி செயலிகள், நல்ல நோக்கத்துடன் வெளிப்படையாக பகிரப்படும் ஓபன் சோர்ஸ் செயலிகள் சிலவற்றின் குறியீட்டை (கோட்) எடுத்து அவற்றில் நச்சு நிரல்களை சேர்த்து வலை விரிக்கும் நோக்கம் கொண்டவை.

மூன்றாவது வகை செயலிகள் பயனாளிகளை உறுப்பினர்களாகப் பதிவு செய்ய வைத்து, பின்னர் பயன்பாட்டிற்காக சந்தா செலுத்த வேண்டும் என கட்டணத்தை வசூலிப்பவை. பல நேரங்களில் இந்த கட்டணங்கள் மிகையாக அமைந்து பெரும் பாதிப்பை உண்டாக்கலாம். சந்தா கட்டணங்கள் தானாக புதுப்பிக்கப்படுவதும் இன்னொரு ஆபத்து.

நான்காம் வகை செயலிகள் பயனாளிகளை மிரட்டி வழிக்கு வர வைப்பவை. பயனாளிகளை அச்சுறுத்தி அதற்கான மாற்று மென்பொருளை டவுன்லோடு செய்ய வைத்து, அதன் மூலம் தரவுகளை வேட்டையாடலாம்.

நிதிச்சேவைகள்

வங்கி மற்றும் நிதிச்சேவைகளில் இத்தகைய போலி செயலிகள் அதிகம் இருப்பதாகக் கூறுகின்றனர். பலரும் நிதி பரிவர்த்தனைகளுக்காக இணையம் மற்றும் செல்போனை பயன்படுத்தும் நிலையில், நிதி நோக்கிலான போலி செயலிகள் எளிதாக வலை விரித்து ஏமாற்றுகின்றன. டிஜிட்டல் கடன் செயலிகளையும் இந்தப் பிரிவில் சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.

இதே போல டேட்டிங் தொடர்பான போலி செயலிகளும் அதிகம் இருக்கின்றன. கிரிப்டோ முதலீடு மூலம் செல்வந்தராகலாம் என ஆசை காட்டி வலை விரிக்கும் செயலிகளும் அதிகம் என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். கேமிங் மற்றும் பொழுதுபோக்கு சார்ந்த மோசடி செயலிகளும் அதிகமாக உள்ளன. இப்போது ஏஐ அலை வீசுவதால் செயற்கை நுண்ணறிவு சாட்பாட்கள் வடிவிலான மோசடி செயலிகளும் உருவாகி வருகின்றன. செயலிகள் பயன்பாட்டில் எச்சரிக்கைத் தேவை என்பதை இவை உணர்த்திக்கொண்டே இருக்கின்றன.

–சைபர் சிம்மன்

பிருந்தாவின் கனவு

ஆசிரியர் குறிப்பு
அ. வெண்ணிலா
திருவண்ணாமலை மாவட்டம் வந்தவாசிக்கு அருகில் உள்ள அம்மையப்பட்டு என்னும் ஊரில் பிறந்தவர். கவிஞர், சிறுகதை, நாவலாசிரியர், கட்டுரையாளர் என எழுத்தில் சக வகைமைகளையும் கையாண்டவர். கவிதை, கதை மற்றும் கட்டுரைகள் என 30க்கும் மேற்பட்ட படைப்புகளை எழுதி இருக்கும் இவர் தனது எழுத்தில் வழியே பெண்ணுரிமை கருத்துக்களை மக்களிடம் கொண்டு சேர்ப்பவர். பள்ளி ஆசிரியரான இவர், தற்போது தமிழ்நாடு ஆவணக்காப்பகத்தில் உதவிப் பதிப்பாசிரியராகப் பணியாற்றி வருகிறார்.

ஓவியங்கள்:
துர்கா

பிருந்தாவுக்குக் கை குலுக்கப் பிடிக்கும். கை கூப்பியோ, கைகளை உயர்த்தியோ வணக்கம் சொல்வதைவிட, கை குலுக்கி வணக்கம் சொல்வது மனசுக்குப் பிடிக்கும். நெருக்கமாக உணர்வாள். வலது கை குலுக்கிக் கொண்டு இருக்கும் நேரத்தில் இடது கையை மேலேவைத்து அழுத்தி, இரு கைகளுக்குள் ஒரு கையைப் புதைத்துக் கொள்ளும் கணம் உயிர்ப்பானது. முன் பார்த்த முதல் சந்திப்பில் கை குலுக்க கைகளை முன் நீட்டினால், எதிரில் நிற்கும் ஆண் கொஞ்சம் மிரள்வது தெரியும். எதிர்பார்த்திருக்க மாட்டான். மனசுக்குள் உள்ள தடுமாற்றம் மறைத்து, 'அவளே கை நீட்டுகிறாள், நமக்கு என்ன?' என்று காட்டிக்கொள்வதுபோல் பேண்ட் பாக்கெட் டில் இருந்து கைகளை வெளியே எடுத்து, அவசர அவசரமாகக் கை குலுக்குவார்கள். கை குலுக்கல் இங்கு சம்பிரதாய மீறல். பெண் தன் உடலின் கட்டுக்களை லேசாக விடுவித்துக் கொள்ளும் சுதந்திரம். சில நேரங்களில் அழைப்பாகப் புரிந்துக் கொள்ளப்படும் அபாயமும் உள்ளது. பொதுச் சபைகளில், (நிச்சயம் அவை ஆண்களால் நிரம்பியதாகத்தானே இருக்கும்.) நண்பர்களுடன் கை குலுக்கும் பெண்தான் கவனத்தின் மையம். எல்லோரும் அவரவர் நண்பர்களுடன் பேசிக்கொண்டு இருப்பதுபோல் பாவனை இருக்கும். அவர்களின் ரகசியக் கண்கள் அந்தப் பெண்ணை ஊடுருவியபடியேதான் இருக்கும். கை குலுக்கலுடன், பற்கள் வெளியே தெரிகிற மாதிரி, கொஞ்சம் சத்தமும் வெளிக் கேட்கிற மாதிரி சிரித்துக் கொண்டு, லேசாக நண்பனின் கையைத் தட்டிக்கொண்டு பேசுகிற பெண் என்றால், சபை எப்போது கலையும் என்று பார்த்துக் கொண்டே இருப்பார் கள். 'என்ன பாஸ், என்ன மச்சி, என்ன மாப்ள, என்ன தல' என அவரவர்களின் தகுதிக்கு ஏற்ப அழைத்து, 'கைவசம் ஒரு ரெடி பீஸ் வெச்சிருக்க போல இருக்கே' என்று பொறாமை கலந்த, வாழ்த்துகள் போன்ற ஏக்கத்தைத் தெரிவிப்பார்கள்.

'அக்கா, தங்கச்சிகூடப் பொறக்கலையா' என்று திட்டு வாங்கக் கூடாது என்ற வைராக்கியத்தோடு வளர்க்கப்பட்ட சில அப்பிராணி ஆண்கள், இயல்பான இந்தக் கைகுலுக்கலுக்குப் பயந்துவிடுவார்கள். ஈரத் துணியைப் பிடித்துக் கை குலுக்குவதுபோல் அவர்கள் கைகள் வேர்த்து இருக்கும். கை குலுக்கி முடித்த பிறகு தீவிரவாதச் செயலைச் செய்த மாதிரி, இரு கைகளையும் பேண்ட் பாக்கெட்டுக்குள் விட்டு, நடுக்கத்தைக் குறைத்துக் கொள்வார்கள் அல்லது கைக்குட்டை எடுத்து, வியர்க்கும் முகத்தை அடிக்கடி துடைத்து விட்டுக் கொண்டு, உண்மையிலேயே தான் அப்பிராணி என்பதை நிரூபிப்பார்கள்.

கை குலுக்குவதைப் பற்றி தான் இயல்பாகஇருப்பதாகக்காட்டிக்கொள்ளும் நண்பர்கள் ஒரு சிலர் இருப்பார்கள். வெளியில் தெரியாவிட்டாலும், உள்ளுக்குள் அவர்கள் இதைப் பற்றி யோசித்துக்கொண்டு இருப்பதை, கீழே தாழும் அவர்களின் கண்கள் காட்டிக் கொடுத்துவிடும்.

தோழிகள் கோபிப்பார்கள்... "இங்க எல்லா ஆம்பளையும் ஒண்ணுதான்டி. தண்ணி அடிச்சுட்டு லுங்கியை அவுத்துத் தோள் மேல போட்டுக்கிட்டு போறவன்ல இருந்து... சட்டையை இன் பண்ணிக்கிட்டு, பளபளப்பா ஷூ போட்டுக்கிட்டு, முகத்தை இறுக்கமா வெச்சுக்கிட்டு அதிகாரியா வர்றவன் வரைக்கும் எல்லா ஆம்பிள மனசுக்குள்ளயும் 'இவ ஒரு பொம்பளதானே'னு சொல்ற புத்திதான் இருக்கும். நீ சும்மா ஏன் அவனுங்ககிட்ட போய் இயல்பா இருக்கிறதாக் காட்டிக்கணும்னு நெனைக்கிறே? இவனுங்ககிட்டபோய் உனக்கென்ன ஃப்ரெண்ட்ஷிப்... கத்திரிக்காய், மண்ணாங்கட்டி. வந்தா வேலையைப் பார்ப்பியா..?" என்பார்கள். இவள் சிரித்துக்கொண்டே "வாழ்க்கைலேர்ந்துதானே எல்லாத் தத்துவமும் வந்திருக்கு. வாழ்க்கைலேர்ந்து வந்ததே வாழ்க்கைக்குப் பயன்படாதா?" என்பாள்.

"உனக்கெல்லாம் பட்டாலும் புத்தி வராதுடி. பேரக் கெடுத்துக்கிட்டு எங்கனா கஷ்டப்படு. அப்புறம் இப்படிக் கனவு வந்தது, அப்படிக் கனவு வந்ததுன்னு சொன்னே... அவ்ளோதான்" என்பதோடு தோழிகளும் நகர்ந்துகொள்வார்கள்.

தலைநகரத்தின், புகழ்பெற்ற தனியார் நிறுவனத்தின் மனிதவளப் பிரிவு அதிகாரி இவள். தினம் புதுப் புது முகங்கள், விதவிதமான தேர்வுகள் என்று ஒவ்வொரு நாளும் சுவாரஸ்யமாகவே போகும். நிறைய சதவிகிதம் எடுத்துத் தேர்ச்சி பெற்ற மாணவர்களை, வேலைக்காக நிறுவனம் தேர்வு செய்துவிடும். தேர்வு செய்த மாணவர்களை, எந்தெந்தப் பணிக்கு நிறுவனத்தில் பணியில் அமர்த்த முடியும் என்று தேர்வுச் செய்துக் கொடுப்பதே இவளின் பணி.

கல்லூரியில் இருந்து நேரடியாகப் பணிக்கு வரும் புதிய மாணவர்களைத் துவக்கத்தில் ஆர்வமாகச் சந்திப்பாள். சான்றிதழில் அவர்கள் பெற்றிருக்கும் மதிப்பெண் சதவிகிதத்துக்கும், பணி சார்ந்து நிறுவனம் எதிர்பார்க்கும் தகுதிக்கும் தொடர்பே இருக்காது. கல்லூரியில் அவர்கள் பெறும் அனுபவம் பெரிய கேள்விக்குறியாகவே இருக்கும். இவள் கேட்கும் நுட்பமான கேள்விகளில் ஆண்கள், பெண்கள் இருவருமே தடுமாறிப்போவார்கள். உறவுகளைக் கையாள்வதுக் குறித்து, குறிப்பாக இருபாலாரிடமுமே தெளிவு இருக்காது. பதில் என்ற பெயரில் எதையாவது உளறிக்கொட்டுவார்கள். நல்ல கத்திரிக்காயைக் கூடையில் இருப்பதில் இருந்துதானே தேர்வுச் செய்ய முடியும்? கூடையைக் கிளறிக் கிளறி இருப்பதில்

இவள் சிரித்துக்கொண்டே "வாழ்க்கைலேர்ந்துதானே எல்லாத் தத்துவமும் வந்திருக்கு. வாழ்க்கைலேர்ந்து வந்ததே வாழ்க்கைக்குப் பயன்படாதா?" என்பாள்.

நல்லது என்று நம்புவதைத் தேர்வு செய்வாள்.

இவள் தேர்வு பெரும்பாலும் தோற்காது. இவளுக்குக் கீழே இருக்கும் அடுத்த நிலை அதிகாரிகள் நான்கு பேரும் ஆண்கள். அப்படி ஒரு நினைவு வராமல் இருக்க விரும்புவாள். தவிர்க்க முடியாமல் 'ஆண்கள்' என்பதும் சேர்ந்தே ஞாபகத்தில் வரும். அந்த நினைவைக் குறைப்பதற்காகவே, கண்களைப் பார்த்துப் பேசுவது, பல் வெளித் தெரியச் சிரிப்பது, அவர்களின் முன்னால் ஆடைகளைச் சரி செய்துக் கொள்ளாதது, திடீர் என்று கதவைத் திறந்துக் கொண்டு உள்ளே வந்தால் பதற்றம் அடையாமல் இருப்பது எனப் பல்முனை முயற்சிகளைச் செய்து பார்ப்பாள். இடைவேளை நேரத்தில் அவளாகவே தேநீர் குடிக்க அழைப்பாள்.

திவாகர்தான், இவளுக்கு அடுத்து இந்த அலுவலகத்துக்கு வந்தவன். இரண்டு புதியவர்கள் சேர்ந்து அந்த இடத்தை, பழையதாக்க முயற்சிப்பதுபோல் இருவரும் ஒன்றாகத் தேநீர் குடிக்கப் போவது, மதிய உணவைப் பகிர்ந்துக் கொள்வது என்று இணைந்து வேலை செய்தார்கள். காலையில் கை குலுக்கிக் கொள்வது, சந்தோஷத்தில் அடித்துக் கொண்டு சிரிப்பது, இயல்பாகப் பக்கத்தில் உட்காருவது என்று இவளால் திவாகருடன் பொருந்திப் போக முடிந்தது. திவாகர், பிருந்தாவின் அணுகுமுறையினால் அவளோடு இயல்பாக இருக்கக் கற்றுக் கொண்டான். பிருந்தா எதிர்பார்ப்பதும் இதைத்தான். ஒரு பெண்ணுடன் உள்ளது போன்ற சகஜமான நட்பை, ஆணிடமும் பெற்றுவிட வேண்டும் என்பதே பிருந்தாவின் பேரவா.

இந்தக் கதையின் பிரச்சனை என்ன என்றால், நீங்கள் எல்லோரும் யூகிப்பதைப் போல்... பிருந்தாவுக்கு அவள் விரும்பும்படியான நண்பர்கள் கிடைக்காதது அல்ல; பிரச்சனையே பிருந்தா தான்.

அவளுக்குப் பிடித்தமான நிறைய ஆண்கள் இருந்தார்கள். பிடித்தமான என்பதில் 'யோக்கியமான' என்ற தகுதியை உள்ளடக்கியது இல்லை. இன்று பல பேர் அந்தத் தகுதியைப் பெரிதாக எடுத்துக்கொள்வதும் கிடையாது. பிருந்தா தன் அறிவு, படிப்பு, திறமை எல்லாம் பயன்படுத்திப் பழகும் நண்பர்கள் வட்டத்தை இயல்பாக்கி வைத்திருப்பாள். எல்லோருக்கும் சம மதிப்பு, சம இடம். தராசைச் சரியாக வைத்திருந்தாள். தராசின் முள்ளே ஊசல்தானே? மெல்லிய காற்றோ, மயிலிறகின் கூடுதல் எடையோ... தராசின் ஒரு தட்டை உயரச் செய்வதுபோல் சில சம்பவங்கள் நடந்துவிடும். பிருந்தாவின் வலிந்து கற்பித்துக் கொள்ளப்பட்ட நட்புப் பிம்பம் அன்றைய கனவில் சிதறும்.

திவாகர்தான் அப்படி ஒரு துர்கனவால் சிதைக்கப்பட்ட முதல் பிம்பம். அலுவலக வேலையாக இவளும் திவாகரும் கோவைக்குப் பயணமானார்கள். காரில் நீண்ட பயணத்தின் உற்சாகம் இருவரிடமும். சொந்த விஷயங்கள், கல்லூரி நாட்கள், முதல் காதல் அனுபவம், மனசுக்குப் பிடித்த முதல் ஆள் என்று பயணம் ஏற்படுத்திக் கொடுத்த தனிமை இதத்தில், மனதின் பக்கங்களைப் புரட்டிப் பேசினார்கள். இருவருக்குமே பிடித்திருந்தது. அதிகமாக வலிந்து தன்னை நல்லவனாகக் காட்டிக் கொள்ளாத அவனின் வெளிப்படைத் தன்மையை ரசித்தாள்.

நிறைய முறை கை, கால்கள் தொட்டுக் கொண்டன. நீண்ட நேரம் தொங்கவிட்டபடி வரும் காலைச் சரிசெய்துகொள்ள, மடித்து உட்கார்ந்தபோது அவள் முட்டிக் கால் அவன் கால் மேல் இடித்தது. எதுவும் உறுத்தவில்லை... அல்லது உறுத்தாத மாதிரி நடந்து கொண்டார்கள்.

போன வேலை ஒரு நாள் முன்னதாகவே முடிந்து போனது. தங்களின் கூட்டு, வேலையை எளிமையாக்கிய மகிழ்ச்சியில் அன்று மாலையே ஊர் திரும்பினார்கள். ஃபுட் பாய்சனோ என்னவோ, புறப்பட்ட கொஞ்ச நேரத்தில் இவளுக்குத் தலைவலியும் வாந்தியும் ஆரம்பித்தது. கிளம்பிப் போன பயணத்துக்கு நேர்மாறாக இருந்தது திரும்பும் பயணம். சோர்ந்துப் போனாள். வழியில் வண்டியை நிறுத்தி மாத்திரையும் நேநீரும் வாங்கிக்கொடுத்தான் திவாகர். ஜுரம் அடிக்கிறதா என்று அவ்வப்போது நெற்றியில் கை வைத்துப் பார்த்தான். உடம்பு முடியாத நேரத்தில், அன்பான ஓர் ஆள் பக்கத்தில் இருப்பது பெரிய தெம்புதானே?

கவலையுடன் இவளை வீட்டில் விட்டுச் சென்றான். நன்றாகத் தூங்கும்படியும், மறுநாள் அலுவலகத்துக்கு விடுப்பு எடுத்துக்கொள்ளும்படியும் சொல்லிவிட்டுச் சென்றான். உடம்பு முடியாமல் இருந்தாலும் ஒரு நிறைவும் மகிழ்வும் இருந்தது.

நள்ளிரவில் அலறி அடித்து எழுந்தாள். கழுத்து, நெற்றி எல்லாம் வேர்வையில் குளித்திருந்தது. வாய், 'வேண்டாம்... வேண்டாம்...' என்று முணு முணுத்தபடி இருந்தது. 'நீயா திவாகர், நல்லவன் மாதிரி இருந்தாயே?'

சிந்தனை தரும் உறுதி, நடைமுறையில் அவளுக்குக் கிடைக்கவில்லை... அவனைப் பார்த்துச் சிரிக்கும்போது எல்லாம் அவள் இமைகளுக்குள் கனவு வந்து உட்கார்ந்து கொள்ளும்.

என்று கனவில் தான் கேட்ட கேள்வியின் மிச்சம் அவள் நாவில் இருந்தது. நட்பாகப் பேசிக்கொண்டே திவாகர் தன்னுடன் தவறாக நடக்கத் துணிந்த, அந்தக் கனவு அவளின் சிந்தனைக்குப் பெருத்த அடியாக இருந்தது. 'கூடாது... தான் தோற்கக் கூடாது. தனக்குப் பிரியமான ஒருவனைத் தன் கனவு சிதைக்க அனுமதிக்கக் கூடாது. நண்பர்கள் வேண்டும்... அவர்கள் ஆண்களாக அல்ல; நண்பர்களாக.'

சிந்தனை தரும் உறுதி, நடைமுறையில் அவளுக்குக் கிடைக்கவில்லை. அடுத்த நாள் காலையில் இருந்து திவாகரை அவளால் இயல்பாகப் பார்க்க முடியவில்லை. அவனைப் பார்த்துச் சிரிக்கும்போது எல்லாம் அவள் இமைகளுக்குள் கனவு வந்து உட்கார்ந்துக் கொள்ளும். கனவின் அச்சுறுத்தலால், இவளால் திவாகரை நேருக்கு நேர் பார்க்க முடியவில்லை. இணைந்த பயணத்தில் விபத்து ஒன்றை ஏற்படுத்திவிட்டு, கனவு அமைதியாக உட்கார்ந்து இருந்தது.

காரணம் இல்லாமல் பிருந்தாவின் நடவடிக்கையில் ஏற்பட்ட மாற்றங்களைப் புரிந்துக் கொள்ள முடியாமல்

திவாகர் தடுமாறினான். அவளின் அமைதிக்கான பொருள் தெரியாமல், மீண்டும் பழையபடி நடந்துக் கொள்வது தனக்கான அவமதிப்பாக முடியும் என்ற புரிதலில் அவனும் அமைதி காத்தான். பிருந்தாவுக்கு அப்போதுதான் புரிந்தது, தன் முயற்சி இல்லாமல் எந்த நட்பும் வளர முடியாது என்று. கொஞ்ச நாளில் அவனின் விலகல் பழகிப்போனாலும், பார்த்துக் கொள்ளும் நேரத்தில் கண்ணில் ஒரு முள் குத்தத் துவங்கும். இமைகளைத் தழைத்துக் கொண்டாலும் முள் நெஞ்சுக்குள் இறங்கும்.

தனிமையில் சந்திக்க நேரும் எல்லா நட்பும் தன்னைப் படுக்கையறைக்கு அழைப்பதாகவே காட்டும் கனவுகள் தினம் தினம் பிருந்தாவுக்கு வரத் துவங்கின. கனவை வெறும் கனவு என்று ஒதுக்கித் தள்ளிவிட முடியாதபடி, தாக்கம் அதிகமாக இருந்தது. யாரைப் பார்த்தாலும் பயம். கொஞ்சம் கூடுதலாகச் சிரித்துப் பேசிவிட்டால், அன்று கனவு வந்துவிடக் கூடாதே என்பதற்காகத் தூக்கத்தை விரட்டியபடியே விழித்திருப்பாள். தினம் பத்து, இருபது ஆண்களுடன் அலுவல்ரீதியாகப் பேசிப் பழக வேண்டிய கட்டாயம் இருந்த இவளுடைய பணியில்... இவளுடைய கனவு பெரும் சித்ரவதையாக இருந்தது. சிரித்த முகமாக இருந்தவளின், உதட்டு மடிப்புக்குள் புன்னகை ஒளிந்து கொண்டது. அமைதியான

தூக்கம் இல்லாததால், கண்கள் கருவளையத்துக்குள் சிக்கின. முகம் சுருங்கி ஒடுக்கு விழுந்தது. வேலையில் கூர்மையும் சுறுசுறுப்பும் குறைந்தது. நிமிட நேரத்துக்குக் கூர்மை குறைந்தால்கூடத் தன்னைத் தகுதி இல்லாமல் ஒதுக்கிவிடும் வேலையில், அவளால் சமாளிக்க முடியவில்லை.

தோழிகள் கட்டாயப்படுத்தி மனநல மருத்துவரிடம் ஆலோசனைக்கு அழைத்துச் சென்றார்கள். முதலில் அமைதியாகத் தூங்குவதற்கு அவர் மருந்து, மாத்திரைகளைப் பரிந்துரைத்தார். உடல்நிலையும் மனநிலையும் கொஞ்சம் தேறியவுடன் பேசலாம் என ஆலோசனை சொன்னார். நன்றாக, வயிறு நிறையச் சாப்பிடச் சொன்னார். உடல் வியர்க்க வேலையோ, உடற்பயிற்சியோ செய்து வரச் சொன்னார். இரவு நடைப் பயிற்சிக்குப் பின் தூங்கப் போனால், உடம்பு அலுத்து, சோர்ந்து, களைப்பில் தூங்கி விடலாம் என்றார்.

அவர் சொன்னதை எல்லாம் செய்தாள். தூக்கம் மட்டும் வரவில்லை. களைத்துப்போய் படுக்கையில் விழுந்தாலும், கை, கால்கள் அசந்து கிடந்தனவே தவிர, மனசு கொட்டக்கொட்ட விழித்திருந்தது. தான் வேறாகவும் மனசு வேறாகவும் பிரிந்து கிடக்கும் அதிசயத்தைத் தினமும் இரவுகளில் சந்தித்தாள். உடம்பு ஓய்வு எடுக்கும். மனசு மட்டும் விழித்திருந்து சுற்றி நடப்பதைப் பார்த்துக்கொண்டு இருக்கும். மனசையும் உடம்பையும் ஒன்றிணைக்க முடியாமல் தடுமாறினாள். சம நிலை குலைந்த அவளின் நாட்கள் தினம் அவளுக்கு நரகத்தைப் பரிசளித்தன.

இவளின் மோசமான நிலையைப் பார்த்து, மருத்துவருக்கே கவலை வந்தது. இவ்வளவு ஆழமாக... ஒரு சிறு விஷயம் பாதிப்பதற்கான காரணத்தை இவளிடம் இருந்து கண்டறிய அவர் பெரும் முயற்சிகள் எடுத்துக் கொண்டார். தினம் மருத்துவருடன் பல மணி நேரங்கள் உட்கார்ந்த இவள், மெள்ளத் தன்னுடைய இளம் பருவச் சம்பவங்களை நினைவுகூர்ந்தாள்.

ஆண்- பெண் நட்பு இவளுடைய அறிவு நிலையின்

இந்தக் கையைத் தெரியுமே... நினைவின் ஆழத்தில் பாதாளச் சங்கிலி வேகமாகத் துழாவியது...நெற்றிப் பொட்டுத் தெறிக்க அவள் வாய்விட்டு அலறினாள்.

விருப்ப மாக இருப்பதையும், ஆண் - பெண் உறவின் வன்முறை அவள் ஆழ் மனசின் அனுபவமாக இருப்பதையும் மருத்துவர் கண்டறிந்தார். இவளின் மனப் பிரச்னைக்கு மருந்து இவளேதான் என்று மருத்துவருக்குத் தெரிந்தது. நண்பர்களைக் கையாள்வதைப் பற்றி அவள் தான் தீர்மானிக்க வேண்டும் என்று ஆலோசனை கூறினார்.

இரவுத் தூக்கத்தில்தான் கனவு நிறையும். பகலில் தூங்கி ஓய்வு எடுக்கலாம் என்று அலுவலகத்துக்கு 15 நாட்களுக்குத் தொடர் விடுப்பு எடுத்தாள். சூடாக வெந்நீரில் குளித்துவிட்டு, வயிறு முழுக்கச் சாப்பிட்டு, தன்னை வெகுவாக மனதளவில் தளர்த்திக்கொள்வாள். 'தனக்கு எதிரான ஆண்கள் யாரும் இல்லை... தான் வெறுக்கும் ஆண்கள் யாரும் இல்லை... உலகில் உள்ள ஆண்கள் எல்லாம் தனக்கு விருப்பமானவர்களே' என்று மனசுக்குள் மந்திரம்போல் சொல்லிக் கொண்டாள். தன் அனுமதி இல்லாமல் தன்னை யாரும் நெருங்க முடியாது என்று உறுதியாக வாய் திறந்து சொல்லிப் பார்த்தாள். தான் எவ்வளவு இணக்கமான, புரிந்துகொண்ட ஆண்களுக்கு மத்தியில் இருக்கிறோம் என்று பெருமிதப்பட்டாள். தனக்கு இரண்டு சக்கர வாகனம் ஓட்டக் கற்றுக் கொடுத்த நண்பன், கார் ஓட்டக் கற்றுக் கொடுத்த நண்பன், கல்லூரியில் தங்களுக்குள் ஒருத்தியாக ஏற்றுக் கொண்டு, உச்சபட்ச சந்தோஷத்துடன் படிப்பை முடிக்க உதவிய ஆண்கள், தன்னைப் பெண் என்று உணரவைக்காமல் சரிக்குச் சரியாகப் பழகிய அலுவலக நண்பர்கள் என்று தனக்குப் பிடித்த நண்பர்களை நினைவுகூர்ந்தாள்.

ஹெட்போனில் பழைய சோகப் பாடல்களைக் கேட்டாள். மனதை உற்சாகம் கொள்ள வைக்கும், நெகிழ வைக்கும் சோக வரிகள், மனதைத் துடைத்து வைத்ததைப்போல் வெறுமையாக்கின. குழப்பங்கள் வடிந்து மனது பாடல் வரிகளை முணுமுணுத்தது. வெந்நீர்க் குளியல், வயிறு கனக்கச் சாப்பாடு, தனிமை, காலை நேரத்தின் இளம் குளிர்ச்சி, அறைக்குள் உருவாக்கப்பட்ட மெல்லிய இருட்டு, பாடல் தரும் கிறக்கம், எல்லாம் சேர்ந்து தூங்குவதற்கு இசைவான ஓர் அமைதியைத் தரும் என்று மகிழ்ந்தாள். ஏ.சி-யைக் கூட்டி வைத்துவிட்டு, பாட்டு கேட்டுக் கொண்டு போர்வைக்குள் சுருண்டாள். மூளைக்குள் இருந்த மனங்கொத்திப் பறவைகள் எங்காவது பறந்துப் போய்விட்டால் பரவாயில்லை என்பதுபோல் கூண்டுகளை அகலத் திறந்து வைத்தாள். சிந்தனைகளைத் தொலைக்க வேண்டும் என்ற சிந்தனை யிலேயே தூங்கிப் போனாள். பல நாட்கள் தூங்க முடியாததன் அசதியை அந்த காலைப்பொழுது நீக்கிக் கொண்டு இருந்தது.

கனவுக்குப் பகல் என்ன? இரவு என்ன? விழிகள் ஓய்ந்தால் போதாதா, இடம் பிடித்துக் கொள்ள? பிருந்தாவைத் துரத்த ஆரம்பித்தது பெருங்கனவு.

தலையை வருடின விரல்கள். 'உனக்குள் இவ்வளவு சோகமா பெண்ணே?' என்ற கனிவான குரல் கழுத்து அருகில் கேட்டது. துவண்டுகிடந்த பாதங்களைத் தன் மடியின் மீது தூக்கி வைத்துக் கொண்டு மெள்ள அழுத்தின. ஒவ்வொரு கால் விரலையும் வலிக்காமல் சொடுக்கு எடுத்தன. 'ஏன் இப்படி மெலிந்து எலும்பாகத் துருத்திக் கொண்டு இருக்கின்றன விரல்கள்?' - ஆதங்க வார்த்தைகள் விரல்களுக்கு அடியில் புதைந்தன.

'ஆலய மணியின் ஓசையை நான் கேட்டேன்' பாடல் காதுக்குள் கேட்டது. பி.சுசீலாவின் குரலில் ஒன்றினாள். மெள்ள ஒரு கை உடலை அணைத்தது. இவ்வளவு நேரம் இருந்த மென்மையில் இறுக்கம் கூடியிருந்தது. தன் உடம்பை ஒரு கை வாகாகப் பிடித்துக் கொள்ள... மற்றொரு கை ஆடையை விலக்கத் துவங்கியது. உடம்பு ஒடுங்கியது. ஆடையை விலக்கும் கையைக் கூர்ந்து பார்த்தாள். தனக்குப் பழக்கமான கை போலவே இருந்தது. பார்வையைக் கூர்மையாக்கி, இன்னும் நெருங்கிப் பார்த்தாள். இந்தக் கையைத் தெரியுமே... இந்தக் கை... இந்தக் கை... நினைவின் ஆழத்தில் பாதாளச் சங்கிலி வேகமாகத் துழாவியது. அடையாளத்தைத் தொட்டுவிட்ட கணத்தில்... நெற்றிப் பொட்டுத் தெறிக்க அவள் வாய்விட்டு அலறினாள்

'அப்பா...'!

சுய உதவிக் குழுக்களின்
செயல்பாடுகளை அறிந்திட
முற்றம் படியுங்கள்!

முற்றம் மேலும் மேலும்
வளர்ந்திட உங்களின்
ஆதரவை
தாருங்கள்!

முற்றத்திற்கு சந்தா
செலுத்திடுங்கள்!

புத்தகத்தைப் படிக்க என்னை
Scan செய்யவும்

முற்றம் இதழின் சந்தா விபரம்	
ஒரு ஆண்டு	ரூ. 240/-
இரண்டு ஆண்டு	ரூ. 450/-
மூன்று ஆண்டு	ரூ. 680/-

விளம்பரக் கட்டணம்	
அட்டையின் 2-வது பக்கம்	ரூ. 50,000/-
அட்டையின் 3-வது பக்கம்	ரூ. 50,000/-
அட்டையின் பின்பக்கம்	ரூ. 50,000/-
புத்தகத்தின் உள்பக்கம்	ரூ. 35,000/-

முற்றத்திற்கு செலுத்தும் சந்தாத் தொகையினை முற்றம் (MUTRAM) என்ற பெயரில் சென்னையில் மாற்றத் தகுந்த வகையில் வங்கி வரைவோலையாக எடுத்து அனுப்பவும். வரைவோலையுடன் உங்கள் பெயர், குழுவின் பெயர், கதவு எண், தெருவின் பெயர், ஊராட்சியின் பெயர், தாலுக்கா, மாவட்டம் மற்றும் அஞ்சலக எண் ஆகியவற்றை அவசியம் குறிப்பிட்டு அனுப்பவும்.

சந்தாதாரர்களே நேரடியாக முற்றம் https://mutram.org.in/Login.aspx என்ற இணையதள முகவரி அல்லது https://play.google.com/store/apps/details?id=com.isky.mutram_magazine என்ற கைபேசி செயலியில் தங்களது முகவரியினைப் பூர்த்தி செய்தல் மற்றும் பணப்பரிமாற்றம் போன்ற பணிகளை செய்து கொள்ளலாம்.

விமர்சனங்கள் அனுப்பப்பட வேண்டிய முகவரி

முற்றம் மாத இதழ், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்,
அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகம், 1வது மாடி, வள்ளுவர் கோட்டம் நெடுஞ்சாலை,
நுங்கம்பாக்கம், சென்னை - 600 034.

கவிதை

ச. விசயலட்சுமி

அம்மா

என்ன செய்வேன் அம்மா
நீ நடமாடிய வீடு
நீ பயன்படுத்திய பொருள்கள்
உறங்கும் நேரத்தில்
என்னை அழைத்து
தேநீர் கேட்கும் குரல்
இதோ நீ துடைத்துத் துடைத்து
சுத்தமாக வைக்கும் பலகணி
அதில் நித்தமும்
உன் போர்வையை
வெயிலில் உணர்த்துவாய்

போர்வையற்று
உன் நடமாட்டமின்றி இருக்கிற
பலகணிக்கு சென்ற நிமிடத்திலேயே
வெறுமை சூழ்கிறது
உன்னுடனான உரையாடல்கள்
நினைவெங்கும்
அலைமோதுகிறது
நீ இல்லாமல்
பிரிக்கப்படாமல்
இருக்கின்றது
மாதாந்திர இதழ்கள்

எனக்கு அடுத்த
தலைமுறையோடும்
உன்னால் மகிழ்ச்சியாக
உரையாட முடிந்தது
அதற்கும் அடுத்த
தலைமுறையோடு
வண்ண பொம்மைகளோடு
விளையாட முடிந்தது
கொள்ளுப் பெயரன்
புத்தகங்களோடும்
விளையாட்டு பொம்மைகளோடும்
காத்திருக்கிறான் அம்மா

நீ ஊட்டி வளர்த்த நாவின்
சுவை மொட்டுகளில்
அம்மா என்ற சொல்லை
உச்சரிக்க எத்தனிக்கையில்
கண்ணீர் திரள்கிறது
என் அம்மா உனக்கு
எத்தனை வயதானால் என்ன
நீ என் குழந்தை தானே அம்மா
உன்னிடம் தோற்கும்
விளையாட்டொன்றில்
என்னை வீழ்த்திச் சென்றாயே!

ஓவியம் துர்கா

முற்றம் இதழில் உங்களுடைய படைப்புகளான, கவிதை, கட்டுரை, ஓவியம், சிறுகதை மற்றும் 'வாழ்ந்துக் காட்டுவோம்' பகுதியில் உங்கள் குழுவின் சாதனைக் கதை இடம் பெற உரிய புகைப்படங்களுடன் கீழ்காணும் மின்னஞ்சல், முகவரி வழியே எங்களை அணுகுங்கள். முற்றம் இதழ் குறித்த தங்களின் விமர்சனங்களும், ஆலோசனைகளும் வரவேற்கப்படுகின்றன.

மின்னஞ்சல் :
wdcmutram@gmail.com

கௌரவ ஆசிரியர்
ஆர். வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப.

சிறப்பு ஆலோசகர்
ஐயன் கார்த்திகேயன், பி.டெக்.,

பதிப்பாளர், ஆசிரியர்
எஸ். சின்னப்பன்

மேலாளர்
வா. ராகுலன், PRO

துணை ஆசிரியர்
ஏ. கண்ணன்

பிழை திருத்துபவர்
எஸ்.எஸ். ரவிச்சந்திரன்

வடிவமைப்பு
என்.எஸ். நாணா

புத்தக மேம்பாடு
Aarah Digitainments

ஊரக வளர்ச்சி
மற்றும்
ஊராட்சித்துறை
மலர்: 27
இதழ்: 05
செப்டம்பர், 2025

இதயம் இந்த இதயம்...!

பெண்களிடம் இதய ஆரோக்கியம் குறித்த விழிப்புணர்வு இன்றைய காலத்தில் மிக அவசியமானது. இதய நோய்கள் ஆண்களுக்கு மட்டுமே ஏற்படும் என பல பெண்கள் தவறான எண்ணத்தில் உள்ளனர். உண்மையில் மனிதனாகப் பிறந்த எவருக்குமே இதய நோய் வரலாம். "ஆண்களை விட பெண்களுக்கு இதய நோய் அறிகுறிகள் வித்தியாசமாக வெளிப்படும். இதனை உணர்ந்துக் கொள்வதில் தாமதம் ஏற்படுவதால் தான் பல பெண்களுக்கு சரியான நேரத்தில் சிகிச்சை பெறுவதில் தாமதம் ஏற்படுகிறது" என்று கூறுகிறார் சென்னை அரசு மருத்துவ கல்லூரி மருத்துவமனையின் ஓய்வு பெற்ற, இதய அறுவை சிகிச்சை மருத்துவர் மூர்த்தி.

இதய நோய்க்கான முக்கிய அபாய காரணிகள்

பொதுவாக இதய நோய் வருவதற்கான முக்கிய காரணங்கள் பல உள்ளன. குறிப்பாக பெண்களுக்கு என்று கவனித்தால், வயது அதிகரிக்கும்போது, குறிப்பாக மெனோபாஸுக்குப் பிறகு ஈஸ்ட்ரோஜன் ஹார்மோன் குறைவதால் இதய நோய் அபாயம் அதிகரிக்கிறது. குடும்பத்தில் இதய நோய் யாருக்கேனும் இருந்தால், மரபணு காரணிகளால் அபாயம் அதிகம். கர்ப்ப காலத்தில் உயர் ரத்த அழுத்தம் மற்றும் கர்ப்பகால சர்க்கரை வியாதி இதய பிரச்சனைகளுக்கு வழிவகுக்கலாம். இவை இதய செயலிழப்புக்கு கூட வழிவகுக்கும் என்பதால் வழக்கமான ரத்த பரிசோதனை மிக அவசியம்.

கவனிக்க வேண்டிய அறிகுறிகள்

பெண்கள் தங்களுக்கு ஏற்படும் மார்பு வலியை எப்போதும் அலட்சியப்படுத்தக் கூடாது. உடல்பருமன், உயர் கொலஸ்ட்ரால், மன அழுத்தம், புகைப்பிடித்தல், மது அருந்துதல், கருவுறாமைக்கான ஹார்மோன் சிகிச்சை, தூக்கமின்மை, மரபணு காரணிகள் ஆகியவை பெண்களின் இதய நோய்க்கான பல காரணங்களாக உள்ளன. ருமாடிக் இதய நோய்களும் பொதுவானவை, எனவே பிரசவத்திற்கு முன் பரிசோதனை செய்வது நல்லது.

ஆரோக்கியமான உணவு முறைகள்

இதய ஆரோக்கியத்திற்கான உணவு முறையில் சமச்சீர் உணவு மிக முக்கியம். தினமும் பச்சை காய்கறிகள், பழங்கள், நார்ச்சத்து உணவுகளைச் சேர்க்க வேண்டும். உலர் பழங்கள், கடல் உணவுகளான மீன், இறால் போன்றவை சேர்த்துக் கொள்ளலாம். வேகவைத்த, குழம்பு வைத்த உணவுகளுக்கு முன்னுரிமை கொடுக்க வேண்டும். எண்ணெயில் பொரித்த உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். உப்பு குறைவாக சேர்க்க வேண்டும். உடல் பருமன் இருந்தால் மருத்துவரின் ஆலோசனைப் படி ஆட்டு இறைச்சி, முட்டையின் மஞ்சள் கரு, வறுத்த கோழி, எண்ணெயில் பொரித்த எல்லாவகையான உணவுகளையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

தினமும் 30–45 நிமிடங்கள் நடைப்பயிற்சி அவசியம். இடையில் உணவு சாப்பிடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். மன அழுத்தத்தைக் குறைத்து மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும்.

மரு. மூர்த்தி

உடற்பயிற்சி மற்றும் வாழ்க்கை முறை மாற்றங்கள்

BMI–ஐ சாதாரண நிலையில் பராமரிக்க வேண்டும். தினமும் 30–45 நிமிடங்கள் நடைப்பயிற்சி அவசியம். இடையில் உணவு சாப்பிடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். மன அழுத்தத்தைக் குறைத்து மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும். தினமும் 6–8 மணிநேரம் தூங்க வேண்டும். வெவ்வேறு வயதுகளில் 20–30 வயதில் வலுப்பயிற்சி மற்றும் கார்டியோ, 30–40 வயதில் மன அழுத்தம் குறைக்கும் பயிற்சிகள், 40–50 வயதில் எலும்பு வலுவூட்டும் பயிற்சிகள், 50+ வயதில் மெதுவான, நிலையான பயிற்சிகள் தேவை.

முன்னெச்சரிக்கை மற்றும் பரிசோதனைகள்

கர்ப்ப காலத்திலும் பிரசவத்திற்குப் பின்னும் இதய பரிசோதனை மிக அவசியம். கர்ப்பகால உயர் ரத்த அழுத்தம் மற்றும் நீரிழிவு வருங்காலத்தில் இதய நோய் அபாயத்தை அதிகரிக்கும். 20 வயதிலிருந்து ஒவ்வொரு 5 ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை கொலஸ்ட்ரால் பரிசோதனை, 40 வயதிலிருந்து ஆண்டுதோறும் ரத்த அழுத்தம், சர்க்கரை பரிசோதனை அவசியம். பெண்களுக்கு மார்பு வலி ஏற்பட்டால் உடனே கவனிக்கப்பட வேண்டும். வாயுத்தொல்லை, உள்ளாடை பிடிப்பு என்று அலட்சியமாக இருந்துவிடக்கூடாது. மருத்துவரின் ஆலோசனையை உடனே பெறவேண்டும்.

அவசரகால எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

மார்பு வலி அல்லது நெஞ்சுப் பகுதியில் அசௌகரியம், சுவாசிப்பதில் சிரமம், தாடை, கழுத்து, முதுகு வலி, அசாதாரண களைப்பு, குமட்டல், வாந்தி, வியர்வை வெளியேறுதல் ஆகியவை இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவரை அணுக வேண்டும். அவர்கள் சரியான வழிகாட்டுதலை வழங்குவார்கள். தேவைப்பட்டால், அவரின் வழிகாட்டுதலின் நம் வாழ்க்கை முறை மாற்றங்களை மேற்கொள்ள வேண்டும். தொடர்ந்து கண்காணிப்பு அவசியம்.

இதய ஆரோக்கியம் என்பது ஒரு வாழ்நாள் பயணம். சரியான உணவு, உடற்பயிற்சி மற்றும் தொடர்ந்த மருத்துவ கண்காணிப்பின் மூலம் ஆரோக்கியமான இதயத்தை பராமரிக்கலாம். விழிப்புணர்வுடன் செயல்படுவோம்.

– க. ஸ்ரீநிதி

Published by S. CHINNAPPAN, on behalf of MUTRAM SOCIETY from Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Printed by B. RAJKUMAR, RASI GRAPHICS PRIVATE LTD, 40.Peters Road, Royapettah, Chennai - 600014. Published from Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Annai Teresa Mahalir Valagam, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai - 600 034, Editor: S. CHINNAPPAN.

Posted at Egmore RMS, Patrika Channel.

RNI NO .TNTAM/1999/02733 - TAMIL NADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM R.DIS.1569/2023
Reg. No. TN/CH/(C)/455/2024-2026 & Licensed to Post Under without Prepayment TN/PMG(CCR)/WPP-564/2024-2026
Date of Publication : 1st Week of the every month Posted between 8th-14th September 2025